RADU TEODORESCU

“TIMPUL ÎNSEAMNĂ RUGĂCIUNE ŞI NU BANI”: TERAPIA PRIN RUGĂCIUNEA CREŞTIN ORTODOXĂ

Cugir 2026

CUPRINS

Introducere
1. Rugăciunea: prezentă în toate religiile lumii
2. De ce trebuie să deosebim rugăciunea neortodoxă de cea ortodoxă?
3. Rugăciunea: cale esențială a de restabilii legătura cu Dumnezeu
4. Rugăciunea ca terapie a sufletului
5. Rugăciunea ca terapie a morții (a fricii de moarte)
6. De ce multe dintre terapiile psihologice eșuiază? Fiindcă nu recunosc nevoia de rugăciune
Concluzii

INTRODUCERE

"Rugaţi-vă neîncetat."
1 Tesaloniceni 5, 17

"Time is money" sau "timpul înseamnă să câştigi bani" este un dicton a marelui om de stat american Benjamin Franklin.[1] Se poate spune că el a ajuns să fie o definiţie a omului de contemporan care este veşnic în căutare de bani şi de cât mai mulţi bani. Ei bine în această carte vom demonstra că „timpul nu înseamnă bani" ci *timpul înseamnă rugăciune*. De ce? Fiindcă în cele din urmă rugăciunea este mult mai importantă decât banii. Banii au şi ei rolul lor în societatea zilelor noastre însă trebuie să ştim că este rugăciunea cea care poate trece din această lume în lumea de dincolo.

Este bine să ştim că afirmaţia lui Franklin este după unii principiul după care se defineşte în zilele noastre capitalismul. Nu ştim dacă acest lucru este adevărat dar ceea ce ştim este că rugăciunea este extrem de importantă în relaţia noastră cu Dumnezeu.

Unii ar putea să spună că o nouă carte despre rugăciunea în climatul actual este mult prea mult. Ceea ce trebuie să ştim este că sunt puţini oameni care se roagă constant şi sunt eventual şi mai puţini care văd importanţa rugăciunii în viaţa lor.

Iată ce spunea despre rugăciune părintele Ciprian Bulgaru: „pierdută în negura istoriei credinţelor şi păstrată ca metodă de vindecare de către iniţiaţi, rugăciunea stă la baza terapiilor alternative – sacroterapia.

Sănătatea este condiţia de bază pentru ca un om să poată desăvârşi lucrarea sa pe pământ. Se ştie că majoritatea oamenilor se nasc sănătoşi, dar, pe parcursul vieţii, din diverse motive, îşi şubrezesc sau îşi pierd total sănătatea.

Medicina modernă vine în întâmpinarea oamenilor cu metodele cunoscute, dar, de multe ori, se recunoaşte învinsă. Nu de puţine ori, medici renumiţi în specialităţile lor au recomandat familiei celui bolnav să apeleze la preoţi. Aceste recomandări nu sunt întâmplătoare – bolnavi externaţi în ultima fază a bolii, revenind la control după sacroterapie, erau de nerecunoscut de medicii lor, datorită vindecărilor miraculoase petrecute. Credinţa în această terapie a făcut şi face minuni în fiecare zi, doar că noi trebuie să avem ochi pentru a le vedea. Boli asemenea cancerului au fost vindecate, în mod miraculos, prin adresarea de rugăciuni sfinţilor taumaturgi, precum Sfântul Nectarie din Insula Eghina, Grecia."[2]

Ei bine în această carte vom vorbii despre rugăciunea creştin ortodoxă dar vom vorbii despre ea în anumite cadre. Vom insista că rugăciunea este o metodă terapeutică de a ne vindeca sufletul. Cum? Aceasta fiindcă este bine să ştim că atunci când sufletul nu este în comuniune cu Dumnezeu şi îngerii din cer ei bine el ajunge să se îmbolnăvească. Sunt mai multe boli sufleteşti în societatea din zilele noastre:

- anxietatea,
- nevroza,
- angoasa,
- neliniştea,
- depresia
- sau strestul

sunt cu toate lucruri cât se poate de obişnuite în vremurile noastre.[3]

Aceasta fiindcă oamenii nu se roagă. Tot părintele Ciprian Bulgaru spunea în acest sens: „durerile, indiferent de cauză, nu sunt eliminate doar cu pastile, unguente, cataplasme sau prin intervenţii chirurgicale, ci şi cu ajutorul rugăciunii. Revista „Formula AS" din ţara noastră prezintă numeroase cazuri de vindecări prin rugăciune. Medicina clasică şi o parte dintre terapiile alternative au ca scop vindecarea prin echilibrarea corpului. Omenirea este expusă, poate mai mult ca oricând, bolilor nervoase şi psihice, cauzate de stres şi de problematica tot mai complexă a lumii în care trăim. Clinicile şi spitalele nu mai fac faţă multitudinii şi diversităţii cazurilor, astfel încât situaţia pare adesea scăpată de sub control.

[1] https://ro.wikipedia.org/wiki/Benjamin_Franklin (accesat pe 07.02.2026).
[2] Preot Bulgaru Ciprian https://doxologia.ro/vindecarea-prin-rugaciune (accesat pe 28.09.2025).
[3] A se vedea Sfântul Paisie Aghioritul, *Cu durere şi dragoste pentru omul contemporan* (Bucureşti, 2017).

Terapia prin rugăciune sau sacroterapia este cea care recondiţionează sănătatea, prin purificarea părţii fizice şi spirituale a corpului uman. Dacă medicina clasică şi o parte a terapiilor alternative îşi desfăşoară activitatea în unităţi spitaliceşti, saloane de sănătate, baze de tratament sau ambulatoriu, terapia prin rugăciune se poate efectua oriunde, oricând, cu sau fără asistenţă. Sacroterapia, considerată o terapie alternativă la îndemâna tuturor oamenilor, este fundamentală, având în vedere că omul este o fiinţă ce aparţine lui Dumnezeu prin înzestrarea sa cu suflet."[4]

Într-o lume care este orientată spre valorile materiale ale existenţei de cele mai multe ori este greu de crezut că rugăciunea mai poate face vreo diferenţă. Ei bine trebuie să ştim că de mai multe ori rugăciunea a ajuns să scoată sufletele din iad. Sunt mai multe mărturii despre suflete scoase din iad prin rugăciunile celor vii. O astfel de întâmplare avem cu un sfânt bătrân călugăr care avea un ucenic neascultător. Ucenicul s-a întâmplat să moară subit. Părintele lui duhovnicesc a vrut să ştie unde se află în lumea de dincolo şi s-a rugat pentru el. Îl vede în chinurile iadului din cauza comportamentului lui neascultător. Părintele său duhovnicesc începe să se roage pentru el şi în cele din urmă treptat, treptat el este scos din chinurile iadului.[5]

Tot despre rugăciunea părintele Ciprian Bulgaru spunea: „de-a lungul istoriei, s-a dovedit faptul că rugăciunea este prima şi cea mai la îndemână modalitate de invocare a lui Dumnezeu în orice împrejurare, dar mai ales în caz de îmbolnăvire. Ea trebuie făcută din inimă, cu credinţă şi smerenie, în orice vreme şi împrejurare, cu nădejde în puterea de tămăduire a lui Dumnezeu. Cu rugăciune a înfăptuit Domnul Iisus Hristos minunile Sale în prezenţa sfinţilor apostoli şi a mulţimilor.

Cu rugăciune au fost ridicaţi din patul de suferinţă mii de muribunzi de către urmaşii lui Hristos – apostolii, ierarhii şi preoţii. Sfântul Apostol Iacov, în epistola sa, ni se adresează: „Este cineva bolnav între voi? Să cheme preoţii Bisericii şi să se roage pentru el, ungându-l cu untdelemn în numele Domnului... şi vă rugaţi unul pentru altul, ca să vă vindecaţi, că mult poate rugăciunea străduitoare a dreptului"."[6]

Este de amintit aici că rugăciunea are mari puteri terapeutice de a vindeca sufletul fiindcă ea este una care ne face viaţa mai uşoară. Mitropolitul Bartolomeu Anania numea rugăciunea *izvor de putere în încercările vieţii*.[7]

Este bine să ştim că în sens creştin ortodox această viaţă ne-a fost dată şi pentru a ne pregătii pentru viaţa de apoi sau viaţa de dincolo de moarte. Cel mai bine facem acest lucru prin rugăciune. Aceasta fiindcă este bine să ştim că rugăciunea este o cale de comunicare cu lumea spirituală din care face parte şi Dumnezeu.

Sunt mai mulţi pentru care este greu de crezut că Dumnezeu poate să locuiască în acest univers vast El fiind de natură spirituală. Totuşi, este bine să ştim – în acest sens – că la baza universului material stă spiritul şi nu materia.

Părintele Ciprian Bulgaru spunea în acest sens: „rugăciunea este putere, nădejde şi slavă, mai presus de vindecare. Ea dă putere celui în suferinţă pentru a suporta durerea fizică, asemenea Mântuitorului pe drumul Golgotei. Spusă prin cuvinte simple sau parcurgând cartea după tipic, rugăciunea are puterea de tămăduire. Sfintele Masluri aduc bolnavului liniştea sufletească şi vindecarea în mii de cazuri, de la boli ale organelor interne şi boli psihice, până la deznădejde, cu ajutorul rugăciunii, după credinţa fiecăruia. S-au scris mii de pagini despre vindecări prin rugăciunea colectivă din sfintele mănăstiri şi bisericile de parohie."[8]

Evident că rugăciunea nu ne vindecă de orice boală am avea – deşi în cazul sfinţilor acest lucru a avut loc – ci ceea ce trebuie să ştim este că ea poate să ne ferească psihicul de mai multe

- afecţiuni,
- probleme,
- nelinişti,
- neplăceri,
- dureri
- şi ponoase.

[4] Preot Bulgaru Ciprian https://doxologia.ro/vindecarea-prin-rugaciune (accesat pe 28.09.2025).
[5] Întâmplare din tradiţia creştin ortodoxă.
[6] Preot Bulgaru Ciprian https://doxologia.ro/vindecarea-prin-rugaciune (accesat pe 28.09.2025).
[7] A se vedea Mitropolitul Bartolomeu Anania, *Rugăciunea, isvor de putere în încercările vieţii* (Iaşi, 2013).
[8] Preot Bulgaru Ciprian https://doxologia.ro/vindecarea-prin-rugaciune (accesat pe 28.09.2025).

Tradiția creștin ortodoxă este una care se bazează pe rugăciune și se poate spune că are rugăciunea în centrul ei. Aceasta fiindcă este bine să știm că rugăciunea este un drept pe care l-am primit de la Dumnezeu. Din ceea ce ne spus sfinții părinți Dumnezeu nu se supără când ne rugăm lui ci din contră se bucură.

În acest sens tot părintele Ciprian Bulgaru spunea: "sfinți, precum Cosma și Damian, Pantelimon sau Haralambie, sunt doar câteva dintre numele la care creștinii se roagă pe patul de suferință. Îndemnul sfinților părinți este arhicunoscut: „Cheamă pe Dumnezeu în ajutorul tău, în orice vreme și în orice loc".

„Fiul meu, Eu sunt Domnul care te întărește în ziua necazului tău. Vino la Mine când ești necăjit. Din pricina că te rogi prea rar, mângâierile cerești se îndepărtează de la tine. Înainte de a cere cu stăruință ajutorul meu, umbli să găsești ușurare în altă parte, dar toate acestea nu-ți sunt de niciun folos, și, în cele din urmă, trebuie să mărturisești că numai Eu pot să mântuiesc pe cei ce nădăjduiesc în Mine. Nicăieri nu se poate găsi sprijin puternic, sfat bun sau tămăduire desăvârșită".[9]

Un creștin ortodox s-a dus la părintele lui duhovnic și i-a spus:

- Părinte de ce trebuie să ne rugăm?
- Fiindcă avem nevoie de ajutorul lui Dumnezeu.
- Dar Dumnezeu nu știe că avem nevoie de ajutorul Lui?
- Ba da.
- Și atunci?
- Dumnezeu vrea ca noi să avem o relație personală cu El.
- Și?
- Rugăciunea este un pas important în acest sens.
- Înțeleg.
- Mă bucur.
- Dar sunt atât de multe rugăciuni care nu primesc nici un răspuns.
- Așa este.
- De ce?
- Uite cum este.
- Cum?
- Dumnezeu este infinit mai înțelept decât noi.
- Și?
- El știe mult mai bine decât noi ce este bun și folositor pentru noi.
- Și?
- Când o rugăciune nu primește nici un răspuns înseamnă că ceea ce am cerut nu ne era de folos.
- Înțeleg.
- Și mai este ceva.
- Ce?
- Se spune că Dumnezeu a rânduit doi îngeri care să lege pământul cu cerul.
- Și?
- Un înger trebuia să ducă rugăciunile de cerere la tronul lui Dumnezeu.
- Și celălalt?
- Trebuia să ducă rugăciunile de mulțumire la Dumnezeu.
- Pentru binele primit?
- Da.
- Primul înger cu rugăciunile de cerere era extrem de ocupat.
- Și al doilea?
- Mai toată ziua stătea liniștit pe un nor și din când în când străbătea distanța dintre cer și pământ.
- De ce nu lucrezi? a întrebat îngerul cu cererilor.
- Fiindcă nu am cum. Foarte rar oamenii îi adresează rugăciuni de mulțumire lui Dumnezeu.
- Înțeleg.

[9] Idem.

- Vezi?
- Deci sunt importante şi rugăciunile de mulţumire?
- Da.
- Nu ştiam.
- Ştii acum.
- Am auzit de mai multe ori că atunci când sfinţii s-au rugat au avut loc minuni.
- Aşa este.
- Cum?
- O să îţi spun.
- Te ascult.
- Sfântul Ignatie se afla într-o corabie călătorind spre Egipt.
- Frumos.
- În mijlocul mării începuse o furtună înspăimântătoare, care făcu stricăciuni însemnate corabiei.
- Nu se poate!
- Călătorii toţi, afară de Ignatie, îşi pierdură prezenţa de spirit şi aşteptau cu groază momentul scufundării corabiei.
- Cred.
- Sfântul Ignatie era liniştit căci se gândea la cuvintele Mântuitorului.
- Care?
- „Lui i-se supuseră vântul şi marea !"
- Şi?
- Domnul este ajutorul meu, s-a rugat sfântul Ignatie. În el îmi pun toată încrederea, şi viaţa mi-o dau în grija Lui.
- Şi a avut vre-un efect rugăciunea?
- Vânturile se liniştiră, — sfântul şi călătorii ajunseră la uscat sănătoşi.[10]
- Minuat.
- Aşa este.
- Deci vezi că rugăciunea nu este o simplă iluzie?
- Da.
- Mă bucur.
- Trebuie să mă rog mai mult.
- Nu înseamnă că rugăciunea ta va face minuni.
- Ştiu asta?
- Dar cum siguranţă va lucra.
- Cum?
- Ştii ce spune Sfântul Iacob ruda Domnului?
- Nu.
- Mult poate rugăciunea dreptului în lucrarea ei.
- Adică?
- Se ştie de povestea cu un demon din timpuri vechi.
- Aşa şi?
- Un demon călătorea prin aer ca să ajungă într-o ţară păgână fiindcă se pare că a fost invocat de un împărat păgân să îi vină în ajutor.
- Şi?
- În timp ce zbura prin aer la un moment dat demonul a rămas ca paralizat mai multe zile.
- De ce?
- Fiindcă a trecut peste locul unde se ruga un mare sfânt.
- Rugăciunea sfântului l-a paralizat?
- Da.

[10] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Tot despre rugăciune părintele Ciprian Bulgaru spunea: „rugăciunea reprezintă înălţarea sufletului la Dumnezeu spre a-L lăuda, a-I cere ajutorul şi a-I mulţumi pentru tot binele pe care ni l-a dat şi ni-l dă necontenit. Lucrare nesfârşită, mai presus decât orice artă sau ştiinţă, rugăciunea este respiraţia spirituală a sufletului, viaţa lui adevărată şi autentică. E lucrarea credinţei, arătarea celor nădăjduite, iubirea realizată, mişcarea îngerească, descoperirea inimii, nădejdea mântuirii, semnul sfinţirii, cunoaşterea lui Dumnezeu, veselia sufletului, semnul împăcării, pecetea lui Hristos, steaua de dimineaţă a inimilor, izvorul tăcerii, pecetea lăcaşului îngeresc."[11]

CAPITOLUL 1

RUGĂCUNEA: PREZENTĂ ÎN TOATE RELIGIILE LUMII

Una dintre cele mai mari dileme teologice este totuşi rugăciunea. De ce? Fiindcă este bine să ştim că în antichitate în templele zeilor se aduceau mai multe rugăciuni în faţa zeilor. Este bine să ştim că numărul de zei era imens în păgânismul antic. Numai la Roma în antichitate se adorau unde în jur de 4000-5000 de zei. Mai toţi zeii unui anumit popor erau organizaţi într-un aşa numit panteon care era prezidat de un zeu suprem. Unii au văzut în acest prezidiu o anticipare a unui monoteism primar. Dintre aceşti zei supremi ai antichităţii amintim

- Zeus la greci,
- Zamolxe la daci,
- Jupiter la romani,
- Odin la vikingi,
- Wotan la germani,
- Amun-Ra la egipteni etc.[12]

Ei bine la toţi aceşti zei păgânii se rugau şi le cereau ajutorul. De cele mai multe ori este bine să ştim că aceste nume desemnau fiinţe fictive care nu avea nici o existenţă reală. Totuşi, mai mulţi dintre aceşti zei erau demoni. Acest lucru l-a afirmat Sfântul proroc David când a spus că: toţi idolii (zeii) neamurilor sunt demoni (Psalm 95, 5).

Evident că se ridică întrebarea: de ce trebuiau ca zeii să fie contactaţi prin rugăciune care ştim că i se adresează numai lui Dumnezeu, îngerilor şi sfinţilor? Acest lucru a avut loc fiindcă demonii se vor pe sine dumnezei. Acesta a fost după tradiţia creştin ortodoxă şi motivul pentru care au fost scoşi din rai: au voit să i-a locul lui Dumnezeu.

În acest sens este bine să ştim că demonii nu sunt originali ci ei Îl imită pe Dumnezeu. Pentru acest lucru păgânii antici ajungeau să se roage zeilor ca o imitare a rugăciunii iudeo-creştine către Dumnezeu.

„Rugăciunea este asemenea unei uşi pe care o poţi deschide oricând folosind cheia potrivită, e asemenea unui jurnal pe care-l poţi citi doar tu şi Dumnezeu. Prin rugăciune duhul nostru renăscut începe să se minuneze de marea taină a Existenţei. Adevărata rugăciune este legătura cu Duhul Dumnezeiesc, care se roagă întru noi, El înălţând duhul nostru la starea de contemplare a veşniciei. Asemenea harului care se propagă de sus, rugăciunea depăşeşte firea noastră pământească.

Rugăciunea este considerată o „relaţie de prietenie cu Dumnezeu" (Tereza de Avila), „unitatea de măsură a dragostei" (Fericitul Augustin) şi „mijlocul prin care se revarsă în sufletul nostru lumina" (Vladimir Lossky). În aceeaşi notă, Petre Ţuţea spunea că „rugăciunea este expresia unui suflet religios care recunoaşte o putere supranaturală, ce-i asigură eliberarea din înlănţuirea limitelor personale şi cosmice"."[13]

Prin urmare este bine să ştim că chiar şi primitivii se roagă la zeii lor. Din nefericire azi pe glob încă mai sunt populaţii primitive. Ei sunt unii care resping

- civilizaţia,
- tehnologia,
- cultura
- creştinismul
- şi ştiinţele.

---

[11] Preot Bulgaru Ciprian https://doxologia.ro/vindecarea-prin-rugaciune (accesat pe 28.09.2025).

[12] A se vedea Baruch Halpern, *From gods to God: The Dynamics of Iron Age Cosmologies* (Mohr Siebeck, 2009).

[13] https://bettermedicine.ro/puterea-terapeutica-a-rugaciunii (accesat pe 28.09.2025).

"Ţinta principală a rugăciunii rămâne în veci neschimbată, dar, nepierzând unitatea năzuinţei iniţiale, în decursul vieţii, ea îşi schimbă neîncetat conţinutul. Viaţa de rugăciune, densitatea ei, adâncimea ei, ritmul ei măsoară sănătatea noastră spirituală şi ne descoperă nouă înşine. Trecerea noastră prin multe stări de suferinţă sau mângâiere, venite de sus, educă sufletul, făcându-l mai capabil de noi forme de gândire şi receptare a fiinţei în general: mintea se obişnuieşte să conceapă lumea în mod nevăzut, iar inima, prin rugăciune şi iubire, învaţă să poarte în sine lumea în întreg ansamblul ei."[14]

Este bine să ştim că rugăciunea este prezentă şi în religiile panteiste cum sunt

- hinduismul
- şi budismul.

De fapt este bine să ştim că hinduismul este tot o religie păgână doar pe un fond panteist. De ce? Fiindcă este bine să ştim că în hinduism sunt 330 de milioane de zei.[15]

În acest sens este bine să ştim că India şi Nepalul – principalele centre ale hinduismului – sunt pline de temple în care adepţii ajung să se roage zeilor hinduşi dintre care cei mai importaţi sunt treimea:

- Vişnu,
- Şiva
- Şi Brahman.

Este bine să ştim că lumea hindusă a respins creştinismul din cele mai vechi vremuri. Ştim în acest sens că propovăduirea Sfântului apostol Toma în India s-a încheiat prin martirizarea lui.

Se poate spune că în sens religios lumea hindusă este la nivelul lumii păgâne antice din bazinul mediteraneean. Singura diferenţă este că lumea hindusă este o lume panteistă. "Cea mai simplă dar şi cea mai consistentă rugăciune brahmana, potrivit Legii lui Manu, se compune din silaba sfântă AUM, cele trei cuvinte sfinte BUR (pământ), BUVAH (aer) şi SVAR (cer), după care se rosteşte cunoscuta Gayatri. Deci, închinătorului trebuie să se îndrepte în primul rând către Divinitate şi apoi să recunoască şi să rostească numele celor trei lumi vedice (lumea pământească, lumea atmosferica şi lumea cerească) şi numai după aceea să rostească rugăciunea umană propriu-zisa, Gayatri: "Să medităm asupra strălucirii supreme a divinului însufleţitor : să dea imbold gândurilor noastre."[16]

Totuşi rugăciunea este un lucru care este

- prezent,
- practicat
- şi acceptat

de hinduism.

Totuşi este bine să ştim că în sens creştin ortodox rugăciunea hindusă este în cele din urmă nulă. Aceasta fiindcă Dumnezeu nu este o realitate panteistă prezentă în mai multe zeităţi. Aceasta fiindcă dincolo

- de toate
- şi de orice

este bine să ştim că atât zeii, oamenii, zeii şi universul sunt formaţi din materia lui Brahman. Totuşi, Brahman nu este zeul suprem ci o materie care stă la baza a tot ceea ce există.

„Din rugăciunea deasă se naşte rugăciunea de calitate: Dumnezeu dă omului câte o linguriţă de rugăciune curată pentru a-i prinde gustul şi apoi omul începe să se roage mai des. Adevărata rugăciune se transformă într-o atitudine constantă, într-o stare de spirit care structurează şi modelează liturgic întreaga noastră fiinţă. Rugăciunea stăruitoare atrage şi inima şi mintea în mişcarea lor spre veşnicie, încât tot ceea ce aparţine trecutului se uită."[17]

Punctul pozitiv este că hinduismul este o religie care acceptă rugăciunea şi crede că este o punte de legătură dintre zei şi oameni.

Nu trebuie să uităm acest lucru fiindcă sunt mulţi care nu cred că religiile necreştine nu practică rugăciunea. După cum am spus rugăciunea este o constantă în istoria religiilor şi în marile religii ale lumii.

- Animismul,
- totemismul,

[14] https://bettermedicine.ro/puterea-terapeutica-a-rugaciunii (accesat pe 28.09.2025).
[15] https://ro.wikipedia.org/wiki/Hinduism (accesat pe 07.02.2026).
[16] https://www.crestinortodox.ro/religiile-lumii/hinduism/rugaciunea-hinduism-71860.html (accesat pe 07.02.2026).
[17] https://bettermedicine.ro/puterea-terapeutica-a-rugaciunii (accesat pe 28.09.2025).

- fetişismul
- sau spiritismul

sunt cu toate religii care acceptă şi practică rugăciunea.

Budismul s-a desprins din hinduism fiind întemeiat de Sidarta Gautama prin secolul VI sau V înainte de Hristos. Este bine să ştim că rugăciunea la budişti nu este o rugăciune teistă în sensul clasic al rugăciunii. Rugăciunea budistă este mai mult

- o aspiraţie virtuoasă
- şi o cerere virtuoasă

cu scopul de a dezvolta

- înţelepciunea
- şi compasiunea.[18]

Este bine să ştim că tematica suferinţei este o obsesie în budism. De ce? Fiindcă Buda a voit să pună capăt suferinţei din lume.[19]

„La fel ca în multe alte procese duhovniceşti, în rugăciune există o gradaţie. Prima treaptă este rugăciunea trupească, vorbită sau a gurii, care constă în citire, stat în picioare şi închinăciuni. Dacă atenţia hoinăreşte, inima nu simte cele rostite şi nu avem îndrăzneală la rugăciune, înseamnă că nu avem răbdare, osteneală şi sudoare. A doua treaptă este rugăciunea nerisipită, mintea se obişnuieşte să se adune la vremea rugăciunii şi o rosteşte cu toată luarea aminte, fără să fie furată de gânduri. A treia treaptă este rugăciunea simţită, când atenţia încălzeşte inima şi cele înţelese de minte se simt de către inimă. Cel ce a ajuns la rugăciunea simţită, care se mai cheamă şi a inimii, acela se roagă fără cuvinte."[20]

Este bine să ştim că în budism meditaţia este mult mai importantă decât rugăciunea. În acest sens budiştii ajung să mediteze fiindcă se crede că în cele din urmă în acest fel se poate ajunge la o depăşire a suferinţei. Aceasta fiindcă în budism tot ceea ce există este o iluzie (maya). În cele din urmă şi suferinţa este o iluzie.

Ceea ce este propriu budismului este fără doar şi poate rugăciunea meditativă. Ei bine creştinismul ortodox este unul care face distincţii cât se poate de clare:

- rugăciunea,
- şi meditaţia

sunt lucruri cât se poate de diferite.

În acest sens una este să medităm la Dumnezeu şi alta este să ne rugăm Lui.[21]

„La rugăciune partenerul nostru de dialog duhovnicesc nu este altul decât Dumnezeu, iar când dorim să vorbim cu El, Stăpânul lumii, privirea noastră nu poate aluneca spre alte ţinte sau alte preocupări străine conţinutului sacru al rugăciunii. Orice lucrare în numele Domnului necesită multă seriozitate şi o concentrare maximă a eului nostru. Nu ne putem preface că ne rugăm lui Dumnezeu, nici nu putem jongla cu rugăciunile noastre, şi cu atât mai mult, nu se poate mima ceea ce simte omul cu inima sa."[22]

Este bine să ştim că la fel de bine zoroastrianismul antic este unul care şi el practica şi încă practică rugăciunea. Rugăciunea în zoroastrianism se numeşte "manthras" (formule sacre). Rugăciunea zoroastriană este făcută pentru a menţine ordinea cosmică (Asha) şi a lupta împotriva răului, centrându-se pe principiul "Gânduri Bune, Cuvinte Bune, Fapte Bune".

Este bine să ştim că zoroastrianismul crede în 2 dumnezei:

1. Auramazda (dumnezeul cel bun)
2. şi Ahriman (dumnezeul cel rău).

Este bine să ştim că în zoroastrianism nu se adresează rugăciuni lui Ahriman care este zeul cel rău sau eventual nu sunt cunoscute astfel de rugăciuni.

La fel de bine trebuie să ştim că o altă religie dualistă la fel ca zoroastrianismul este taoismul chinez. Tao este unitatea finală compusă din principiul opuşilor ying şi yang.

---

[18] După mai multe surse acreditate.

[19] A se vedea Nicolae Achimescu, *Budism şi creştinism. Consideraţii cu privire la desăvârşirea omului* (Editura Tehnopress, 2003).

[20] https://bettermedicine.ro/puterea-terapeutica-a-rugaciunii (accesat pe 28.09.2025).

[21] A se vedea Paul Evdokimov, *Rugăciunea în Biserica de răsărit* (Iaşi, 1996).

[22] https://bettermedicine.ro/puterea-terapeutica-a-rugaciunii (accesat pe 28.09.2025).

„Rugăciunea şi meditaţia regulată au fost demonstrate ca fiind factori importanţi în păstrarea sănătăţii şi longevităţii oamenilor. Există numeroase studii care arată că oamenii religioşi tind să trăiască mai mult decât cei care nu aderă la o anumită credinţă, rugăciunea ajutându-i să îşi controleze mai bine emoţiile şi comportamentul.

Sacroterapia este mai mult decât o terapie alternativă, bazându-se pe faptul că omul este o fiinţă religioasă înzestrată cu suflet, căreia Dumnezeu i-a dăruit o mare putere de vindecare şi pe faptul că rugăciunea este prima modalitate de implorare a ajutorului lui Dumnezeu în caz de îmbolnăvire. Aceasta trebuie făcută din inimă, cu credinţă, smerenie, în orice vreme, în orice împrejurare cu nădejde în puterea iubirii lui Dumnezeu."[23]

Doi creştini ortodocşi evalvioşi discutau într-o zi.

- Ştii ce?
- Ce?
- De ce trebuie să ne rugăm la biserică?
- Ce întrebare este aceasta?
- Nu este destul să ne rugăm acasă?
- Nu.
- De ce?
- Ştii ce a spus Iisus?
- Ce?
- Acolo unde sunt doi sau trei adunaţi în numele Meu acolo sunt şi Eu.
- Deci tu crezi că Hristos este prezent în biserică?
- Da.
- Nu L-am văzut niciodată.
- Fericiţi cei ce nu au văzut şi au crezut.
- Aşa i-a spus Iisus lui Toma necredinciosul.
- Da.
- Se poate spune că sunt un Toma necredinciosul.
- Nu este bine.
- De ce?
- Fiindcă uiţi un lucru esenţial.
- Care?
- Acolo unde sunt mai mulţi rugăciunea creşte în putere?
- Da.
- Cum?
- Fiindcă Dumnezeu ascultă toate rugăciunile.
- Crezi?
- Da.
- Dar nu ne răspunde la toate.
- Fiindcă răspunde doar la cele care sunt de folos pentru noi.
- Da?
- Da.
- Nu ştiam.
- Ba da.
- Cine spune?
- Sfinţii părinţi.
- Atunci cred.
- Mă bucur.
- Dar uite sunt mulţi în societate care nu se roagă.
- Ştii ce?
- Ce?
- Am auzit o întâmplare în acest sens.

[23] Idem.

- Care?
- Un pantofar fu odată invitat la o nuntă, unde erau de faţă mai mulţi tineri.
- Înţeleg.
- Înainte de masă pantofarul nostru foarte evlavios îşi făcu cruce şi îşi zise rugăciunea obişnuită.
- Şi?
- Tinerii izbucniră în hohote.
- Cred.
- Iar unul dintre tineri îi zise cu dispreţ.
- Ce?
- Aşa-i că la tine acasă se roagă toată lumea?
- Toată lumea? — zise pantofarul — acestea nu o ştiam.
- Cum, nu toată lumea, întrebară tinerii?
- Nu, răspunse pantofarul, căci în coteţ am doi porci, cari nu se roagă niciodată!
- Aceste cuvinte amuţiră pe tinerii noştri, care nu mai ziseră nimic la adresa pantofarului.[24]
- Le-a dat replica.
- Aşa este.
- Se poate spune că rugăciunea ne diferenţiază faţă de animale?
- Da.
- Bine de ştiu.
- Animalele nu au nevoie de rugăciune.
- Aşa este.
- Eu iubesc animalele.
- Şi eu.
- Noi suntem lanțul de legătură dintre animale şi Dumnezeu?
- Da.
- Frumos.
- Aşa este.
- Deci în biserică rugăciunea devine mai puternică?
- Da.
- Bine de ştiut.
- Slujbele care se fac în biserică nu rămân fără ecou în cer.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă ne-o spune chiar Iisus.
- Cum îţi explici că deşi Iisus a fost Fiul lui Dumnezeu se ruga.
- Iisus a fost şi om.
- Deci s-a rugat ca om?
- Da.
- Nu ştiam.
- Ba da.
- Cam toată viaţa rugat Iisus.
- Aşa este.
- Ca să ne fie nouă un exemplu?
- Da.
- Mă gândeam eu.
- Ai avut o intuiţie bună.
- Se poate.
- Evident.

[24] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viața creștină* (Arad, 1929).

„Cunoscut pentru descoperirile sale în domeniul vaselor de sânge şi al transplantului de organe, descoperiri pentru care a primit Premiul Nobel, marele chirurg şi biolog francez Alexis Carrel (1873-1944) a analizat şi efectele terapeutice ale rugăciunii. Printre nenumăratele efecte ale rugăciunii, medicul francez pune accentul pe cele psihofiziologice şi curative. Pentru cercetătorul francez, rugăciunea reprezintă efortul omului de a intra în comuniune cu Fiinţa nevăzută, creatoare a tot ce există, înţelepciunea supremă, forţa şi frumuseţea absolută. Departe de a fi o simplă recitare de formule, adevărata rugăciune este o stare mistică în care conştiinţa omului se uneşte cu Dumnezeu."[25]

Este bine să ştim că şi islamul practică rugăciunea care se numeşte Salat. În acest sens în islam trebuie să ştim că rugăciunea este obligatorie de 5 ori pe zi cu faţa orientată spre Mecca. Care sunt aceste 5 rugăciuni de peste zi în islam:

"1 Fajr: În zori, înainte de răsăritul soarelui.

2 Dhuhr: După-amiaza, după ce soarele trece de zenit.

3 Asr: După-amiaza târziu.

4 Maghrib: Imediat după apusul soarelui.

5 Isha: Noaptea, după ce s-a întunecat."[26]

La fel de bine rugăciunea în islam trebuie să ştim că are două feluri: Salat reprezintă rugăciunea rituală, obligatorie, în timp ce Du'a reprezintă rugăciunea personală, invocarea sau cererea spontană către Dumnezeu.[27]

Este evident că în islam rugăciunea nu se face în numele lui Iisus sau a Sfintei Treimi ci mai mult în numele lui Mohamed, cel mai mare profet din toate timpurile. Ştim că în islam Mohamed este un profet mai mare ca Iisus.

"Rânduială rugăciunii este reglementată strict. Aceasta este compusă din două până la patru rak'a sau cicluri de recitări şi poziţii, în funcţie de timpul zilei: două la Fajr, trei la Magrib şi patru la Zuhr, Asr şi Isha. Aceste rugăciuni pot fi săvârşite acasă, sau în orice loc în care se află credinciosul, cu condiţia să realizeze anumite condiţii de purificare. Cei aflaţi în grup în acel moment trebuie să se pună sub conducerea unui imam sau îndrumător, care poate fi oricare dintre credincioşi, cu condiţia să cunoască ritualul rugăciunii. Dacă este vorba de un grup numeros, se vor aranja cu toţii în rânduri, iar femeile vor sta în ultimul rând. Cât despre rak'a, ea este alcătuită din aplecarea trupului de mai multe ori, apoi prosternarea completă cu fruntea la pământ, numită sujud, apoi pe jumătate aşezat şi, în fine pe jumătate îngenuncheat."[28]

Evident că rugăciunea islamică se deosebeşte mult de rugăciunea creştin ortodoxă şi ca practică dar şi ca realitate duhovnicească. Rugăciunea islamică în acest sens ştim că are loc cel mai adesea în moschee unde sunt chemaţi credincioşii de un muezin care cântă de pe acoperişul mocheei.

„Cea mai importantă rugăciune din săptămână este Rugăciunea de Vineri (Al-Jumu'ah). Rugăciunea de Vineri se face doar în adunare la moschee şi este obligatorie pentru toţi bărbaţii musulmani: "O, voi ce credeţi! Când sunteţi chemaţi la rugăciune, la rugăciunea de vineri, zoriţi-vă la amintirea lui Dumnezeu şi lăsaţi la o parte negoţul. Aceasta va fi mai bine pentru voi. O, dacă aţi ştii" Coran, 62:9. Nu este obligatorie prezenţa femeilor, când însă acestea participă, ele vor sta separat de bărbaţi. Rugăciunea de vineri se săvârşeste la moschee, la ora prânzului, în prezenţa credincioşilor aflaţi sub îndrumarea unui imam. Înaintea rugăciunii, îndrumătorul rosteşte în arabă, două cuvântări, hutba, după care săvârşeşte două rak'a împreună cu cei de faţă. De asemenea, există şi rugăciunile din zilele de sărbătoare, de Eid Al-Fitr şi Eid Al-Adha, precum şi cele din nopţile lunii Ramadan."[29]

Este bine că islamicii se roagă însă este bine să ştim că islamul este o religie deformată şi care se poate spune că este departe de Hristos chiar dacă el vorbeşte de existenţa lui Hristos. În islam se ştie că Hristos este mai mult perceput ca o realitate docheticã. Ce este dochetismul? Este erezia care susţinea că Hristos a avut un trup aparent. El pe cruce a fost înălţat de Dumnezeu la cer şi pe cruce a rămas un trup aparent.

[25] https://bettermedicine.ro/puterea-terapeutica-a-rugaciunii (accesat pe 28.09.2025).
[26] După Wikipedia.
[27] Idem.
[28] https://ro.wikipedia.org/wiki/Rug%C4%83ciunea_%C3%AEn_islam (accesat pe 07.02.2026).
[29] Idem.

Ia ora actuală ei bine islamul are aproape 1,5 miliarde de adepţi în toată lumea. Se pare că este a doua cea mai populară religie din lume. După cum am spus islamul se roagă lui Alah dar nu vorbeşte şi nici nu recunoaşte existenţa Sfintei Treimi.

"Rugăciunea începe cu proclamarea intenţiei de rugăciune, continuă cu un takbir, adică rostirea formulei Allahu'Akbar. Se recită apoi prima sură din Coran, al-Fatiha, credinciosul stând succesiv în picioare, înclinat sau prosternat complet. Se încheie cu "rugăciunea Profetului", apoi cu salutul către cei de faţă, care este rostit cu întoarcere spre dreapta şi spre stânga. Acest ansamblu de poziţii şi formule poate fi prelungit, intercalându-se după al-Fatiha, alte invocaţii, sure sau grupuri de versete coranice. De menţionat este faptul că, folosirea arabei este obligatorie. De asemenea, Coranul menţionează de mai multe ori şi rugăciunea de noapte, făcută în călătorie, în caz de primejdie, sau de război, cât şi în cazul morţii unei persoane."[30]

Iudaismul este şi el o religie care vorbeşte de rugăciune. Este bine să ştim că noi creştinii ortodocşi avem în comun cu iudaismul Vechiul Testament în care sunt cuprinse mai multe rugăciuni cele mai lungi fiind psalmii lui David.

"Credinţa într-un Dumnezeu unic, care distinge religia lui Israel de celelalte religii, atrage după sine transformări esenţiale în actul rugăciunii. Rugăciunea este adresată lui Dumnezeu Creatorul. În virtutea faptului că El a creat omul după chipul şi asemănarea Sa, omul are capacitatea de a vorbi cu Dumnezeu. Chiar dacă legătura omului cu Dumnezeu a fost ruptă prin neascultare, dialogul este reînnoit şi umanitatea se îndreaptă pe calea mântuirii. Legământul dintre Dumnezeu şi poporul evreu este mărturia acestui dialog. Condiţiile păstrării relaţiei dintre Dumnezeu şi om sunt exprimate prin Lege, dar şi promisiunile, făgăduinţele sunt în strînsă legătură cu Legământul. Rugăciunile traduc grija omului de a respecta Legământul şi aduc aminte de promisiunile făcute de Dumnezeu.

Rugăciunile personale sunt făcute de obicei cu voce tare, numele lui Dumnezeu fiind invocat prin strigare, astfel fiind chemat la dialog. În trecut, conţinutul rugăciunii depindea de opţiunea fiecăruia. După distrugerea templului conţinutul rugăciunii a fost codificat şi a devenit obligatoriu. Rugăciunile conţin rugăminţi, învăţături ale Talmudului, evocări istorice şi laude aduse lui Dumnezeu. Mai conţin şi momente referitoare la diferite nevoi ale societăţii sau ale oamenilor."[31]

Evreul se poate spune că din cele mai vechi vremuri a fost un rugător. Aceasta fiindcă trebuie să ştim că rugăciunea este un lucru care evreii l-au practicat începând cu patriarhul lor Avraam. Totuşi, rugăciunea evreiască nu îl invocă pe Iisus fiindcă ştim că nici un ziua de azi evreii nu Îl recunosc pe Iisus ca fiind Mesia.

"În partea introductivă a rugăciunii iudaice, evreii se adresează sigurului Dumnezeu, Iahve, atrăgând atenţia asupra credinţei lor şi îndemnând la glorificarea împărăţiei lui Dumnezeu. Continuă cu laude aduse lui Dumnezeu pentru statornicia Sa în cuvânt şi în faptă, dar şi pentru că este nădejdea neclintită a umanităţii. Se cere lui Dumnezeu să se îndure de casa lui cea sfântă, de Sion, dar şi de sufletele năpăstuite."[32]

După distrugerea templului de la Ierusalim de romani pe la anul 70 ei bine locul de rugăciune al evreilor din toată lumea a devenit sinagoga. Sinagoga are un cult care s-a schimbat mult de-a lungul istoriei dar ceea ce trebuie să ştim este că ea este o în mare o casă de rugăciune.

„Rugăciunea publică se rosteşte în Sinagogă, doar dacă se adună 10 bărbaţi adulţi. Partea centrală a rugăciunii, este formată din 18 binecuvântări şi se numeşte "amidah". Dimineaţa şi seara se adaugă invocarea numită "shema" luată din Deuteronom:"Ascultă, Israele! Dumnezeul nostru este veşnic şi Domnul Dumnezeul nostru este singurul Domn!" (Ibidem, p. 59). rugăciunile din timpul zilei se evidenţiază prin imnuri, invocări şi binecuvântări. Un rol important îl ocupă şi vestimentaţia avută la rugăciune:" În timpul rugăciunii de dimineaţă, evreul îşi acoperă umerii şi capul cu un şal de rugăciune, tallit, ale cărui patru colţuri au 39 de franjuri, cifră care semnifică Dumnezeu este Unul. În plus, evreul poartă pe braţul stâng şi pe frunte cutiuţe din piele, filactere, fixate cu o cureluşă, în care se află mici suluri de pergament, pe care este scrisă Shema. Se fixează mai întâi cureluşa pe brat pentru a simboliza supremaţia acţiunii, apoi, fără întrerupere, cea de pe cap, subliniindu-se legătura dintre acţiune şi gândire."[33]

[30] https://ro.wikipedia.org/wiki/Rug%C4%83ciunea_%C3%AEn_islam (accesat pe 07.02.2026).
[31] https://revistaortodoxa.ro/?p=2426 (accesat pe 07.02.2026).
[32] Idem.
[33] Ibidem.

Prin urmare trebuie să ştim că creştinismul ortodox are puncte de comuniune cu tradiţia iudaică dar la fel de bine el se şi diferenţiază de iudaism. Psalmii sunt prezenţi în mai tot cultul creştin ortodox. La fel de bine acest lucru este prezent şi în tradiţia iudaică. Evident că noi nu ştim dacă rugăciunea este ascultată în iudaism dar ceea ce ştim este că în iudaism au fost mai mulţi sfinţi pe care creştinismul ortodox în recunoaşte.

"În Sinagogă se intră cu capul acoperit, şi chiar se recomandă să se poarte întreaga zi capul acoperit cu un mic acoperământ numit kipa, simbolizând respectul, frica faţă de fiinţa divină, faţă de cer. Rugăciunile publice sunt rostite în Sinagogă stând în picioare, cu faţa către Templul din Ierusalim. Rugăciunea, ca şi citirea Torei, pentru a face asocierea între corp şi spirit, este însoţită de balansarea corpului din faţă către spate."[34]

Confucianismul este o religie chineză fondată de Confucius. La fel de bine şi în această religie găsim urme de rugăciune: "rugăciunea în confucianism nu este o rugăciune de tip abrahamic (cerere adresată unui Dumnezeu personal), ci mai degrabă o formă de rit, meditaţie, venerare a strămoşilor şi respect faţă de Cer (Tian). Ea este strâns legată de etică, moralitate şi menţinerea ordinii sociale prin li (rituri/bune maniere)."[35]

Se poate vedea aici o formă de rugăciune mai mult de tip

- hindus
- şi budist.

Aceasta fiindcă confucianismul este o religie în care meditaţia joacă un rol mai puternic decât rugăciunea. La fel de bine în această religie un element puternic îl joacă cultul strămoşilor. "Venerarea Strămoşilor: Aceasta este cea mai importantă formă de „rugăciune" în confucianism. Se consideră o datorie filială să onorezi părinţii şi strămoşii decedaţi prin ofrande (mâncare, băutură, tămâie) la morminte sau la altare de acasă. Aceasta este o comunicare cu spiritele strămoşilor pentru a cere binecuvântare sau a raporta evenimente importante din viaţă."[36]

Este adevărat că în creştinismul ortodox ei bine există un cult al strămoşilor şi biserica a rânduit zile de pomenire pentru morţi. Totuşi morţii au nevoie de rugăciunile noastre şi nu noi avem nevoie de rugăciunile lor. Acest lucru trebuie să ştim că este cât se poate de

- trecut cu vederea
- şi uitat

de confucianism.

„În acord cu cele susţinute de dr. Alexis Carrel, ultimele descoperiri ale oamenilor de ştiinţă ruşi confirmă puterea taumaturgică a rugăciunii, cu condiţia existenţei unei credinţe puternice. Profesorul Valeri Slezin, şeful Laboratorului de Neuropsihofiziologie al Institutului de Cercetare şi Dezvoltare Psihoneurologică Bekhterev din Sankt Petersburg, a înregistrat electroencefalogramele unor călugări în timp ce aceştia se rugau şi a observat „stingerea" completă a cortexului cerebral, stare întâlnită la bebeluşii de câteva luni, atunci când se află în siguranţă, lângă mamele lor. După ce copilul înaintează în vârstă, activitatea cerebrală creşte, iar acest sentiment al siguranţei se diminuează, starea anterioară putându-se observa doar în timpul somnului profund sau în perioadele de rugăciune."[37]

Ei bine în cadrul religiilor extremului orient trebuie să ştim că mai avem şi şintoismul care este o religie proprie Japoniei. "Rugăciunea în şintoism, cunoscută sub numele de norito (祝詞), este o parte centrală a practicilor religioase japoneze, adresată kami (divinităţilor sau spiritelor) pentru a cere protecţie, a aduce mulţumiri sau a purifica. Spre deosebire de rugăciunile din religiile monoteiste, norito sunt adesea texte liturgice formale, recitate de preoţi, dar şi rugăciuni sincere, personale, rostite de credincioşi."[38]

Se poate vedea prin urmare că şi şintoismul japonez este unul care practică rugăciunea însă se poate spune că este departe de a fi o rugăciune creştin ortodoxă. Ea nu este adresată

- Sfintei Treimi,
- sfinţilor îngeri,
- Maicii Domnului
- sau sfinţilor.

---

[34] https://revistaortodoxa.ro/?p=2426 (accesat pe 07.02.2026).
[35] După Wikipedia.
[36] Idem.
[37] https://bettermedicine.ro/puterea-terapeutica-a-rugaciunii (accesat pe 28.09.2025).
[38] După Wikipedia.

"Norito sunt incantaţii sau rugăciuni ritualice adresate kami în cadrul ceremoniilor, scrise într-o limbă japoneză arhaică şi poetică.

Scop: Acestea au rolul de a lăuda kami, a prezenta ofrande şi a cere bunăvoinţă.

Puterea Cuvintelor (Kotodama): Şintoismul crede în koto-dama, conceptul că cuvintele rostite corect şi frumos posedă o putere spirituală care aduce binele.

Recitare: Preotul (kannushi) recită de obicei norito în numele credincioşilor, adesea într-un stil ritmat, de tip "cântat".”[39]

Doi istorici ai religiilor discutau într-o zi.

- Ştii ce?
- Ce?
- Cum îţi explici că toate religiile lumii practică rugăciunea?
- Fiindcă toate religiile recunosc sub o formă sau alta existenţa unei puteri sau forţe supranaturale.
- Indiferent ce nume poartă ea?
- Da.
- Buda, Pantajali, Brahman, Mohamed sau Bahai?
- Da.
- Ştii ce?
- Ce?
- Eu cred că te înşeli.
- De ce?
- Există un incident în Biblie care schimbă foarte mult perspectiva.
- Care?
- De pe vremea Sfântului Ilie.
- Sunt familiar.
- Era pe vremea regelui Ahab şi a reginei Isabela.
- Ştiu.
- Aceştia se convertesc la cultul zeului Baal.
- Cult satanic nu?
- Se poate spune.
- Şi?
- Îţi mai aduci aminte că Sfântul Ilie îl convoacă pe preoţii lui Baal să vină să se roage ca Dumnezeu să pogoare foc din cer ca să mistuie jertfa adusă Lui?
- Da.
- Şi?
- Preoţii lui Baal se roagă dar fără rezultat.
- Şi ce se întâmplă când se roagă Sfântul Ilie?
- Se pogoară foc din cer care mistuie jertfa.
- Deci vezi?
- Ce?
- Religiile false au rugăciuni false.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă Dumnezeu este o persoană vie.
- Şi?
- Vrea o relaţie personală vie cu omul.
- Înţeleg.
- Mă bucur.
- Şi ce mai ştii de rugăciune?

[39] Idem.

- Un pustnic din Egipt întrebă odată pe Macarie cel mare, renumit prin evlavia sa, cum obişnueşte el să se roage?
- Şi?
- Sfântul i-a răspuns aşa.
- Ce?
- Iubite frate — îi răspunse Macarie — omul nu trebuie să pronunţe multe cuvinte când se roagă, e destul dacă îşi ridică mâinile spre ceruri şi să zică aşa.
- Ce?
- Doamne Dumnezeul meu, fie voia Ta.
- Înţeleg.
- Şi dacă simţi că ai să lupţi contra vreunei ispite, zi din adâncul inimii tale.
- Ce?
- Doamne Dumnezeul meu, fi cu mine!
- Adică?
- Pentru că Dumnezeul tău ştie cu drept, ceea ce îţi lipseşte ţie.[40]
- Interesant ce îmi spui.
- De ce?
- Rugăciunea trebuie să fie simplă.
- Da.
- Aşa cred şi eu.
- Ştii ce se spune despre un sfânt?
- Ce?
- Că aşa de multă credinţă avea că un înger i s-a arătat şi i-a spus că Dumnezeu este gata să îi dea darul vindecării bolilor.
- Şi a primit.
- Da. Cu o condiţie.
- Care?
- Ca aceste vindecări să se întâmple în spatele lui.
- Ca să nu le vadă şi să nu se mândrească?
- Da.
- Ştiu şi eu o întâmplare în acest sens?
- Care?
- Unii spun că ar fi din viaţa Sfântului Nicolae.
- Şi?
- Un episcop – poate a fost Sfântul Nicolae poate nu – trebuia să facă o călătorie cu corabia.
- Şi?
- În drum spre corabie a auzit pe unul foarte umil că se ruga rugăciunea Tatăl nostru.
- Înţeleg.
- Numai că el spunea *şi nu ie ierta nouă greşelile noastre.*
- Şi?
- Episcopul l-a corectat şi s-a suit în corabia care a plecat.
- În timp ce era în larg a putut să îl vadă pe cel umil pe care îl corectase cum venea spre el plutind pe propria haină.
- Minune?
- Da.
- Şi ce i-a spus?
- Am uitat cum trebuie să mă rog. Mai spune-mi odată.
- Roagă-te cum ştii, i-a spus atunci episcopul.
- Da. Şi-a dat seama că este sfânt.

[40] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

„Dr. Herbert Benson, specialist în boli cardiovasculare la Şcoala de Medicină de la Harvard şi pionier în descoperirile legate de trup şi minte, a descoperit ceea ce se numeşte „răspunsul de relaxare", ce apare în timpul perioadelor de rugăciune şi meditaţie. În astfel de momente, metabolismul organismului scade, ritmul cardiac încetineşte, tensiunea arterială scade, iar respiraţia devine calmă şi regulată. Această stare fiziologică este corelată cu undele cerebrale lente şi cu sentimentul de control, vigilenţă şi pace a minţii."[41]

CAPITOLUL 2

DE CE TREBUIE SĂ DEOSEBIM RUGĂCIUNEA NEORTODOXĂ DE CEA ORTODOXĂ?

Una dintre marile probleme ale timpurilor noastre este dacă Biserica Creştin Ortodoxă acceptă rugăciunea cu persoane de alte confesiuni? Răspunsul generic este că nu. În realitate acest lucru are loc de mai multe ori fiindcă este bine să ştim că în lumea actuală sunt mai multe căsătorii mixte dintre ortodocşi şi eterodocşi care ajung să fie făcute în alte biserici decât cea ortodoxă.[42]

Totuşi este bine să ştim că în mare la nivel transconfesional ei bine rugăciunea are un rol benefic în viaţa omului. „Într-unul dintre studiile efectuate de Institutul Naţional de Sănătate, persoanele care s-au rugat zilnic s-au dovedit a fi cu până la 40% mai puţin susceptibile de a avea hipertensiune arterială decât cele care nu au practicat rugăciunea. De asemenea, o cercetare de la Dartmouth Medical School a constatat că pacienţii cu convingeri religioase puternice care au suferit intervenţii chirurgicale pe cord au fost de trei ori mai predispuşi să se recupereze decât cei care nu au avut astfel de convingeri religioase. Un alt studiu recent raportat în Jurnalul de Gerontologie şi efectuat pe 4.000 de persoane în vârstă din Durham a relevat că persoanele care s-au rugat şi au meditat au făcut faţă mai bine bolilor şi au trăit mai mult decât cele care nu au făcut aceste lucruri."[43]

Se poate vedea aici că rugăciunea este un lucru care

- influenţează
- şi are efecte pozitive

asupra vieţii omului.

Totuşi este bine să ştim că rugăciunea este la fel de bine calitativă. În ce sens? În sensul că este un lucru care are mai multe nivele. Despre acest lucru ne-am propus să vorbim în această carte. Evident că şi ereticii se roagă. Acest lucru este bun însă trebuie să ştim că rugăciunea lor este una

- obtuză,
- închisă
- depreciată etc.

De ce? Fiindcă ei sunt unii care nu vor să fie în comuniune cu semenii lor ortodocşi. Nu trebuie să uităm acest lucru.[44]

Prin urmare este bine să ştim că la fel de bine rugăciunea poate să fie

- contrafăcută,
- falsificată,
- mistificată
- şi distorsionată.

Aceasta fiindcă rugăciunea ca să fie acceptată sau mai bine spus ca să fie ortodoxă trebuie să aibă criteriile ei pe care trebuie să le respecte.

Este bine că neortodocşii se roagă dar se poate spune că de cele mai multe ori rugăciunea lor este una fadă şi una care nu are mare efect. De ce? Fiindcă neortodocşii sunt se poate spune că sunt o *monadă închisă.* În ce sens ei sunt o monadă închisă?

Este bine să ştim că sunt un motiv sau altul ei bine neortodocşii sunt unii care s-au rupt de comuniunea Bisericii şi au ajuns la concluzia că ei sunt mai mari creştini decât restul.

---

[41] https://bettermedicine.ro/puterea-terapeutica-a-rugaciunii (accesat pe 28.09.2025).
[42] A se vedea Anastasia Goţopulos, *Rugăciunea în comun cu ereticii* (Bucureşti, 2013).
[43] https://bettermedicine.ro/puterea-terapeutica-a-rugaciunii (accesat pe 28.09.2025).
[44] A se vedea *Rugăciunea în viețuirea Sfinților Bisericii de ieri, de azi și de mâine* (Alba Iulia, 2024).

În acest sens este bine să ştim că şi păgânii se rugau. Iată ce ne spune în acest sens părintele Alexandru Eremia: "egiptenii – păstrau cu tărie tainele iniţierii. Templul reprezenta un loc sacru. În partea interioară a templului, închinat unui zeu, intra doar marele preot, care se ruga aici şi făcea toaleta zeului; egiptenii de rând, se rugau în casele lor, aveau un loc bine amenajat, un loc special pentru rugăciune. Poziţia de rugăciune putea fi îngenunchierea, însoţită de sărutarea pământului. Aveau rugăciuni de cerere, de laudă, de umilinţă. Rugăciunea pentru ei erau imnurile, care constituiau un fel de jertfă, de prinos adus zeilor. Imnul cuprindea preamărirea unui zeu, acţiunile şi natura lui."[45]

Este bine să ştim în acest sens că şi păgânii se rugau zeilor lor. Nu numai că se rugau dar la fel de bine aduceau şi jertfe mai ales de natură animală. În primele secole ale creştinismului mai mulţi au putut vedea că creştinii refuzau să jertfească zeilor. În Imperiul Roman ei bine acest lucru era un motiv pentru a fi condamnat la moarte. Mai mulţi mucenici au fost executaţi de autorităţile romane fiindcă au refuzat

- să se roage
- şi să jertfească zeilor.

Un caz destul de cunoscut este în acest sens cel al Sfintei Cecilia Romana.[46]

Ei bine se poate spune că faptul de a nu te ruga zeilor a fost în antichitate un motiv care putea să sfârşească prin condamnarea la moarte. Acest lucru ne poate spune cât de

- obtuz,
- închistat
- şi reducţionist

a ajuns să privească lumea rugăciunea.

De ce? Fiindcă este bine să ştim că rugăciunea a fost lăsată de Dumnezeu ca un act liber. Prin urmare omul este liber sau nu să se roage lui Dumnezeu.

„Mesopotamienii – Rugăciunile erau grupate după zeitatea invocată – de exemplu rugăciunea către Anu, Samas, Iştar … după persoana care se roagă, şi după scopul urmărit. Existau rugăciuni de laudă, de cerere, de implorare."[47]

Prin urmare este bine să ştim că şi păgânii practicau rugăciunea. Ce fel de rugăciune era aceasta? Evident că era o rugăciune

- deformată,
- stricată,
- eronată
- şi coruptă.

Totuşi cum era posibil ca şi o religie atât de degenerescentă să ajungă să practice rugăciunea? Este bine să ştim că nevoia de a se ruga este o caracteristică ontologică a structurii religioase a omului. De ce? Fiindcă prin sine omul este bine să ştim că este o fiinţă religioasă. Fiind o fiinţă religioasă este bine să ştim că omul are mai multe structuri religioase în

- fiinţa
- şi firea

lui.

Fiindcă omul este conştient că există ceva supranatural care este deasupra lui evident că va ajunge să se roage. În acest sens păgânul antic se ruga lui

- Zeus,
- Poseidon,
- Zamolxe,
- Jupiter,
- Minerva
- sau Wotan.

[45] Pr. Alexandru Eremia https://revistaortodoxa.ro/?p=2423 (accesat pe 28.09.2025).
[46] A se vedea Prosper Guaranger, *Istoria Sfintei Cecilia. Fecioară romană și mucenița* (Paris, 1849).
[47] Pr. Alexandru Eremia https://revistaortodoxa.ro/?p=2423 (accesat pe 28.09.2025).

Este bine să ştim că aceste rugăciuni către zeităţi – dintre care mai multe sunt vii pentru mai multă lume în zilele noastre – erau mai mult un fel de simulacru al adevăratei rugăciuni. De ce? Fiindcă păgânii se rugau fie unor fiinţe imaginare sau fie demonilor.

„Hittiţii – Aceştia se întorc către zeitate numai la nevoie. Rugăciunile lor exprimau încrederea omului în sine, în faţa zeilor. Este departe de rugăciunea sumeriană, poate fi considerată ca un act de păgânism "Rugăciunile, invocările şi imnele, precum şi Instrucţiunile pentru slujitorii templului, riturile de purificare, alte rituri şi Jurămintele – toate constituie nepreţuite izvoare pentru a cunoaşte profunda religiozitate a hittiţilor" (Stan, Alexandru, pr. Conf. Dr., Rus, Remus, dr. Prof., Istoria religiilor, Ed. IBMBOR, Bucureşti, 1991, p.103)."[48]

În acest sens în istoria religiilor se cunosc mai mule feluri de rugăciuni:

- politeiste,
- dualiste,
- panteiste
- sau panenteiste.

Dacă păgânii antici erau unii care se rugau evident că trebuie să ne dăm seama că la fel de bine şi neortodocşii din zilele noastre se roagă. În acest sens se poate spune că contează foarte mult *ortodoxia rugăciunii.* Adică rugăciunea trebuie să respecte mai multe criterii dogmatice.

Este adevărat că de cele mai multe ori rugăciunea este ceva spontan. Ne rugăm dintr-o dată când un necaz vine peste noi sau la fel de bine ne rugăm când dăm peste o situaţie în care ne este pusă viaţa în pericol. Caracterul spontan al rugăciunii nu poate să fie negat şi el este prezent în mai toate religiile.

Iată ce spunea despre rugăciunea neortodoxă părintele Alexandru Eremia: „grecii – au transmis o bogată litereatură mitologică, dar foarte puţine rugăciuni. Cântările, imnele, adresate divinităţilor se consideră rugăciunile grecilor din primele perioade de existent. Aveau rugăciuni particulare şi publice. Cele publice erau săvârşite de o persoană în numele cetăţenilor unui oraş sau al unui grup. Rugăciunile de mulţumire erau adresate zeilor atât pentru protecţia acordată într-o situaţie dificilă a cetăţii cât şi în situaţii particulare dificile. Imnul dezvolta structura rugăciunii: invocarea zeului, enumerarea acţiunilor şi calităţilor acestuia, recunoaşterea puterii sale şi cererea finală "religia grecilor nu a reuşit să se desprindă de antropomorfismul caracteristic tuturor religiilor natural decăzute, deşi iniţial se pare că avea tendinţe spre mai multă spiritualitate şi spre speculaţie teologică" (Ibidem, 119)."[49]

Este bine să ştim în acest sens că neortodocşii şi ereticii din zilele noastre trebuie să ştim că şi păgânii se rugau. Se rugau privat şi se rugau public în temple. Ne putem da seama ce efect aveau rugăciunile oferite zeilor.

La fel de bine se poate spune că la fel cu păgânii antici ei bine ereticii sunt unii care dau dovadă de

- fundamentalism
- şi fanatism.

De ce? Fiindcă ei nici nu vor să audă de fraţii lor creştin ortodocşi. De ce? Fiindcă ei sunt unii care consideră că sunt atât de

- avansaţi
- şi înaintaţi

că rugăciunile lor nu au nevoie de nimeni decât de membrii sectei sau a comunităţii din care fac parte.

Se poate spune că problema rugăciunii era una cât se poate de sensibilă în lumea noastră fiindcă sunt oameni care se consideră pe sine atât de sfinţi şi de înaintaţi spiritual că vechea tradiţia creştin ortodoxă este deplin

- inactuală
- şi depăşită.[50]

Este evident că Dumnezeu Tatăl este bune şi este cât se poate de posibil ca din bunătate ei să ia aminte la mai multe rugăciuni neortodoxe. Sunt în acest sens mai multe rugăciuni pe care exorciştii catolici le fac şi de mai multe ori ei au ajuns

- să elibereze
- sau să vindece

[48] Pr. Alexandru Eremia https://revistaortodoxa.ro/?p=2423 (accesat pe 28.09.2025).
[49] Idem.
[50] Tomas Spidlik, *Spiritualitatea Răsăritului creştin. II. Rugăciunea* (Sibiu, 2023).

de posesia diavolilor pe unii nefericiţi. Ştim ceea ce a spus Iisus în acest sens: "iar Ioan, răspunzând, a zis: Învăţătorule, am văzut pe unul care, în numele Tău, scoate demoni şi l-am oprit, pentru că nu-Ţi urmează împreună cu noi. Iar Iisus a zis către el: Nu-l opriţi; căci cine nu este împotriva voastră este pentru voi" (Ioan 9, 49-50).

„Romanii – rugăciunea romană se aseamănă cu cea grecească. În ambele cazuri, rugăciunea era în strânsă legătură cu sacrificiul sau cu unele acte culturale. Romanii păstrau formele arhaice de rugăciune recitate sau cântată. De cele mai multe ori rugăciunea romană făcea parte dintr-un ritual. Ceremoniile publice erau îndeplinite de către un magistrat, asistat de preoţi, care spunea rugăciunile. Aveau ca şi celelalte religii, rugăciuni particulare şi publice. Cele publice, ca şi la greci, erau însoţite de cereri colective."[51]

Un creştin ortodox se duse la părintele lui duhovnic.

- Părinte aş vrea să ştiu ceva.
- Ce?
- De ce ne rugăm ca orbii?
- Ca orbii?
- Ce orbi?
- Păi când ne rugăm nu vedem pe nimeni.
- La acest lucru te referi?
- Da.
- Aş vrea să te întreb ceva.
- Ce?
- De Iisus Hristos au auzit?
- Da.
- Şi ce ştii despre El?
- Este fiul lui Dumnezeu şi Mântuitorul nostru.
- Deci ştii că El există.
- Da.
- De ce?
- Fiindcă a înviat din morţi.
- Dacă ştii că Iisus există atunci crezi că te rogi Lui ca un orb?
- Nu.
- Deci ştii că El există?
- Da.
- Vezi, sub o formă sau alta rugăciunea este adresată şi lui Iisus.
- Ştiu.
- Atunci nu avem cum să ne rugăm ca orbii.
- Aşa este părinte.
- Sunt mai multe lucruri în lumea noastră care nu se văd dar care sunt vitale.
- Adică?
- Aerul, electricitatea, vântul, maritimi etc.
- Aşa este.
- Şi mai este ceva.
- Ce?
- Sfinţii părinţi ne spun că Dumnezeu ascultă toate rugăciunile noastre.
- Credeţi?
- Da.
- Dar de ce nu răspunde?
- Mai de vreme sau mai târziu va răspunde.
- Adică?
- Trebuie să ne bazăm mai mult pe înţelepciunea lui Dumnezeu.
- Decât a noastră?

[51] Pr. Alexandru Eremia https://revistaortodoxa.ro/?p=2423 (accesat pe 28.09.2025).

- Da.
- Înţeleg.
- O să îţi spun o întâmplare despre rugăciunea unui preot.
- Vă ascult.
- Un general din Viena zăcea bolnav, şi medicul îşi pierduse toată speranţa de a-l putea reţine vieţii.
- Vai de mine.
- Numai soţia generalului, o femeie evlavioasă, nu-şi pierduse speranţa.
- Frumos.
- Ea lăsă să fie chemat un preot.
- Ge bine.
- Generalul nu voi să audă de aceasta.
- Urât.
- Preotul sosii şi începu o conversaţie cu generalul prin care dorea ca bolnavul să ajungă la cunoaşterea sufletului său propriu.
- Şi?
- Atunci generalul se supără grozav, începu să înjure şi să blesteme, şi îşi ceru revolverul.
- Nu se poate.
- Preotul însă îi prinse mâinile, i le strânse la piept şi astfel începu să se roage către Dumnezeu, cerând îndreptarea bolnavului.
- Şi a avut vre-un efect?
- Aceasta rugăciune îl linişti pe general întru atâta, încât ceru iertare de la preot pentru purtarea sa necorectă, îşi mărturisi păcatele şi îşi dădu liniştit sufletul.[52]
- Minunat.
- Acum eu te întreb.
- Ce părinte?
- A fost o simplă coincidenţă că generalul s-a schimbat?
- Nu cred.
- Nu avea cum.
- De ce?
- Mai înainte de a se ruga generalul era mai să scoată revolverul.
- Aşa este.
- Deci vezi?
- Ce?
- Sub o formă sau alta rugăciunea lucrează.
- De multe ori am îndoieli.
- Ştii de ce?
- Nu.
- Fiindcă nu ai încredere în Dumnezeu.
- Credeţi?
- Da.
- Poate aşa este.
- Trebuie să te laşi în voia lui Dumnezeu.
- Şi cu voia mea cum rămâne.
- Aduţi aminte de rugăciunea Tatăl nostru.
- Adică?
- Facă-se voia Ta precum în cer aşa şi pe pământ.
- Aşa este.
- Deci este bine să te laşi pe mâna lui Dumnezeu.
- Am să încerc.

[52] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Iată ce spune părintele Alexandru Ieremia despre rugăciunea păgânilor greci şi romani: „grecii şi romanii au dezvoltat o adevărată şcoală a rugăciunii publice, care era în strânsă legătură cu oratoria, cu arta de a vorbi frumos. Alături de rugăciunile publice, făceau parte şi rugăciunile rituale, cele spontane. Textele acestor rugăciuni au fost reţinute de o parte dintre scriitori, fiind consemnate: "Dorinţele personale ale romanilor îşi găseau expresia practică în făgăduinţele pe care aceştia le făceau în faţa zeilor. Făgăduinţa angaja persoana în cauză astfel încât împlinirea dorinţei, prin puterea zeilor, era urmată de o donaţie către un templu, desăvârşirea unui act de pietate etc. Votul public se depunea de către magistratul asistat de către preoţi" (Ibidem, 129)."[53]

Se poate spune că una dintre marile diferenţe de rugăciune dintre ortodocşi şi catolici este rozariul care este o practică tipic catolică. "Rozariul (în engleză Rosary) este o culegere de rugăciuni concepută de Dominic de Guzman (1170-1221), fondatorul Ordinului dominican, spre a cinsti cincisprezece din cele mai importante mistere ale vieţii lui Isus şi ale Sf. Maria. Rozariu poate fi şi un şirag de mărgele folosit de credincioşii catolici pentru a ţine evidenţa rugăciunilor rostite. De-a lungul secolelor, rozariul a fost promovat de mai mulţi papi ca parte a venerării Fecioarei Maria."[54]

Rozariul catolic este bine să ştim că se bazează pe metanierele creştin ortodoxe. Totuşi există o mare diferenţă dintre rozariul catolic şi metanierul creştin ortodox. Metanierul este o practică mai mult călugărească. Mai recent s-au făcut metaniere şi pentru creştinii ortodocşi laici. Ele sunt compuse din 33 de boabe după anii vieţii pământeşti ai vieţii lui Iisus.

Ei bine metanierul creştin ortodox ştim că se bazează pe rostirea rugăciunii lui Iisus: Doamne Iisuse Hristoase Fiului lui Dumnezeu miluieşte-mă pe mine păcătosul.[55] Ei bine rozariul catolic am putut vedea că nu se bazează pe rugăciunea lui Iisus. Se poate spune că în general catolicismul are o mică *fobie* de a invoca mila lui Dumnezeu. De ce? Acest lucru poate să fie văzut mai ales în cultul bisericii greco-catolice unde ştim că mica rugăciune Doamne miluieşte a fost înlocuită cu sintagma Doamne îndură-te spre noi.

Este adevărat că Doamne miluieşte se aseamănă cu Doamne îndură-te spre noi. Totuşi ele nu sunt identice. Se poate să nu fie acest lucru şi fiindcă diavolul nu suferă mila lui Dumnezeu? Acest fiindcă ştim că diavolul este o fiinţă a orgoliului şi mândriei absolutei. Cum se face că fraţii catolici sunt atât de slabi receptivi la mila lui Dumnezeu care este omniprezentă în cultul ortodox.

Iată ce spunea despre rugăciunea cu eterodocşii părintele Anastasie Goţopulos: „în sfârşit, când îi primesc pe eretici la rugăciune în comun fără nici o ezitare sau restricţie, ignorând multele şi substanţialele diferenţe în credinţă, în fapt desconsider luptele Bisericii şi ale Sfinţilor ei pentru păstrarea neschimbată a credinţei noastre, subestimez valoarea dogmei drepte şi, la urma urmei, pun semnul egal între Adevăr şi înşelare. Cu alte cuvinte, consider învăţătura neadevărată drept un alt mod îndreptăţit de interpretare şi o altă posibilitate de înţelegere a Adevărului evanghelic. O astfel de percepţie a vieţii bisericeşti, desigur, conduce la abatere dogmatică. În concluzie: poziţia hotărâtă a Sfinţilor Părinţi faţă de rugăciunile în comun cu ereticii este rezultatul învăţăturii lor despre Biserică."[56]

În acest sens recunoaştem că este bine că creştinii catolici se roagă cu rozariul însă trebuie să ştim că această practică este cât se poate de diferită de tradiţia creştin ortodoxă. Aceasta fiindcă după cum am spus metanierul este unul care se concentrează pe mila lui Dumnezeu în timp ce rozariul catolic are cu totul alte valenţe:

"Cele 15 mistere tradiţionale ale Rozariului au fost stabilite de către Papa Pius al V-lea, pe baza unei lungi tradiţii din secolul al VI-lea. Misterele sunt grupate în trei categorii: mistere ale Bucuriei, misterele Suferinţei, şi misterele Gloriei divine. În 2002 Papa Ioan Paul al II-lea a anunţat un set nou, opţional, de cinci noi mistere numite misterele Luminii, aducând numărul misterelor la 20."[57]

Se poate vedea aici că rozariul catolic are un cu totul altul etos decât metanierul creştin ortodox. Aceasta fiindcă se pune mult accent pe gloria lui Dumnezeu mai mult decât pe mila lui Dumnezeu. Am putea spune că într-un anume sens rozaliul catolic este mai mult o caricatură a metanierului creştin ortodox de unde îi are originile. Evident că vor

[53] Pr. Alexandru Eremia https://revistaortodoxa.ro/?p=2423 (accesat pe 28.09.2025).
[54] https://ro.wikipedia.org/wiki/Rozariu (accesat pe 09.02.2026).
[55] A se vedea Sfântul Dumitru Stăniloae, *Rugăciunea lui Iisus şi experienţa Duhului Sfânt* (Sibiu, 2003).
[56] Pr. Anastasie Goţopoulos https://comorinemuritoare.ro/bLOGOS/de-ce-este-oprita-rugaciunea-in-comun/ (accesat pe 28.09.2025).
[57] https://ro.wikipedia.org/wiki/Rozariu (accesat pe 09.02.2026).

fi puţini catolici care vor recunoaşte că originile rozariului catolic se găsesc în tradiţia isihastă a metanierului creştin ortodox.

"Tipul Rozariului şi numărul de boabe din care este format poate să difere de la o comunitate religioasă la alta, în funcţie de specificul devoţiunii catolice:

Rozariul standard, stabilit de papa Pius al V-lea;

Rozariul îngerilor (fr);

Coroana franciscană (it);

Rozariul Sfântului Anton din Padova;

Devoţiune pentru cele 5 răni ale lui Isus (fr);

Devoţiunea Divinei Îndurări (fr);

Rozariul Sfintei Brigita (a Suediei);

Rozariul celor Şapte Dureri ale Maicii Domnului;

Misterele de lumină constituie Rozariu separat (la sugestia romano-catolicilor tradiţionalişti);

Rozariul trinitar:

Rozariul trisaghion (fr) al Ordinului trinitar (la);

Rozariul trisaghion se poate referi la orice set de mărgele de rugăciune creştină, prin intermediul cărora rugăciunile dedicate Sfintei Treimi sunt rostite.

Rozariul miraculos (ecumenic) (en), folosit de catolicii liberali, de ortodocşi şi de mai multe grupări protestante;

mătăniile (fr) (şirag folosit de catolicii orientali, mai ales de cei de rit bizantin)."[58]

Se poate vedea aici o cu totul altă orientare a catolicilor în practica rugăciunii private care este departe de etosul creştin ortodox. Acum se poate vedea de ce Biserica Creştin Ortodoxă nu încurajează prea mult rugăciunea cu cei de alte confesiuni (sau ca să fim mai direcţi: cu eretici).[59]

În bisericile protestate şi neo-protestante trebuie să ştim că avem de a face cu un alt tip de rugăciune. Este vorba despre rugăciunea iconoclastă. Aceasta fiindcă este bine să ştim că în mare catolicii acceptă cultul icoanelor dar acest lucru nu este valabil şi pentru protestanţi şi neo-protestanţi.

Ceea ce uită foarte mulţi fraţii noştri protestanţi care sunt un fel de neo-iconoclaşti este că rădăcinile iconoclasmului se găsesc în islam. Aceasta fiindcă dacă ne vom uita ei bine vom putea vedea că în moscheele musulmane şi în lumea islamică în mare nu sunt nici un fel de imagini.[60]

Ortodoxia consideră că icoanele sunt bune fiindcă ne ajută să ne concentrăm mai bine la rugăciune. Ei bine trebuie să ştim că icoana nu este considerată un fel de încarnare a lui Iisus după cum considerau păgânii că sunt statuile zeilor.

Este bine să ştim că de rugăciunea se vorbeşte chiar şi în magie şi vrăjitorie numai că nu se foloseşte cuvântul rugăciune ci mai mult cuvântul invocaţie: "există practic două căi prin care poţi chema o entitate şi a lucra cu energia: "evocarea" şi "invocarea". Evocarea spirituală presupune chemarea unei entităţi, fie ea Demon, spirit, persoană decedată sau elemental, aceasta apărând înafara trupului operatorului/magului. Când lucrăm cu energia, aceasta este mereu în afara operatorului şi niciodată în corpul acestuia. Prin evocare, nu există nicio legătură sau conexiune directă.

Invocarea presupune aducerea spiritului în tine însuţi. Entitatea intră în corpul operatorului. Un exemplu este invocarea unui Demon, iar acesta vorbeşte prin operator, folosindu-i-i vocea pentru a comunica. Când acest lucru se întâmplă, adesea vocea acestuia se poate schimba, devenind mai profundă, mai răguşită, sau diferită în vre-un fel. De multe ori, pe durata sesiunii, mediumul este capabil de a crea o substanţă numită "ectoplasmă", pentru a pune la dispoziţia spiritului chemat o substanţă în care să se manifeste vizibil. Aceasta din urmă este şi ea o formă a invocării, deoarece se creează o conexiune între spirit şi medium."[61]

---

[58] https://ro.wikipedia.org/wiki/Rozariu (accesat pe 09.02.2026).

[59] A se vedea Jean Claude Larchet, *Mica Filocalie athonită contemporană a Rugăciunii lui Iisus. Rugăciunea lui Iisus potrivit învăţăturii marilor duhovnici athoniţi ai secolului al XX-lea* (Bucureşti, 2025).

[60] A se vedea Ioan Ică jr., *Canonul Ortodoxiei. Sinodul VII Ecumenic (2 vol.) - 1. Definind dogmatic icoanele (691–810). 2. Definitivând dogmatic orthodoxia (815–1351)* (Sibiu, 2020).

[61] https://www.wattpad.com/348354723-satanismul-invocarea-si-evocarea-magica (accesat pe 09.02.2026).

Poate părea ciudat că rugăciune există chiar şi magie şi vrăjitorie dar este bine să ştim că acest lucru este o realitate. Aceasta fiindcă până şi cei care lucră cu

- demonii,
- ocultismul,
- magia
- sau vrăjitoria

sunt unii care recurg la rugăciune. De ce? Fiindcă demonii vor să se simtă ca Dumnezeu şi să le fie aduse rugăciuni.

„Datorită lipsei de cunoştinţe (cunoştinţele spirituale şi magice au fost distruse de biserica creştină), cea mai mare parte din cărţile despre vrăji şi magie disponibile azi, nu numai că oferă informaţii greşite, dar care pot fi şi foarte periculoase, în special în cazul lucrărilor de magie neagră, unde se foloseşte energia morţii şi alte energii distructive.

Este o mare diferenţă între evocare şi invocare. Atunci când invocăm energie sau spirite, creăm o legătură între noi şi spirit/energie. Evident, dacă cineva foloseşte energie a morţii sau una distructivă, rezultatele pot fi foarte periculoase. De asemenea, invocarea include acumularea de energie şi descărcarea ei prin aură şi/sau chakre. Acest lucru creează o legătură cu victima."[62]

Prin urmare este bine să ne dăm seama că trebuie să fim persoane care să ajungem să vedem ceea ce este ortodox de ceea ce este eterodox în practica rugăciunii fiindcă sunt mai multe lucruri

- confuze,
- neclare,
- nesigure
- şi incerte.

În acest sens în creştinismul contemporan s-a ajuns la un fel de speculaţie cu rugăciunea. De ce? Fiindcă este bine să ştim că pentru a fi

- confortabil
- şi comod

ei bine omul de azi a ajuns să fie unul susţine că duminica nu trebuie să meargă la biserică să se roage ci mai mult el poate asculta slujba la radio sau la televizor.[63]

Ei bine ceea ce trebuie să ştim este că există o categorie de oameni care privesc rugăciunea mai mult ca o superstiţie. De ce? Fiindcă ei sunt unii care cred că rugăciunea este un fel de

- formulă magică,
- invocaţie rituală
- sau cerere de privilegii.

La fel de bine ceea ce trebuie să ştim este că rugăciunea în zilele noastre a ajuns să fie influenţată şi de neo-păgânism: "omul contemporan, afectat de decreştinare şi sincretism pseudo-religios, este familiarizat cu tradiţiile popoarelor indigene din afara Europei decât cu propria lor moştenire spirituală. Tradiţiile popoarelor indigene din Americi, religiile tribale din Africa, sofisticarea credinţei şi practicii hinduse şi tradiţia Shinto japoneză recent reînviată sunt recunoscute pe scară largă ca fiind autentice tradiţii animiste indigene ale regiunilor lor respective şi care stau la baza unei părţi din neopăgânismul contemporan. De asemenea, anumite tradiţii indigene europene, de la civilizaţiile masive ale Greciei şi Romei până la sistemele tribale abia documentate ale finlandezilor, britanicilor şi ale altora de la marginea nordică cunosc o revenire şi o reînviere în diverse manifestări neopăgâne. Actualitatea temei propuse derivă din faptul că aceste tradiţii indigene europene şi non-europene trec printr-o reînnoire şi transformare într-o diversitate de mişcări neopăgâne."[64]

Evident că mai toate aceste mişcări neo-păgâne sunt unele are nu resping rugăciunea fiindcă ni se spune că prin rugăciune evident că vom ajunge să intrăm în contact cu

- spiritele,

---

62 https://bucurialuisatan.com/wp-content/uploads/2019/05/7.-Evocarea-%C5%9Fi-invocarea-magic%C4%83.pdf (accesat pe 09.02.2026).

63 A se vedea Liviu Vindican Manci, *Propovăduierea evangheliei în era digitală* (Cluj-Napoca, 2020).

64 A se vedea Nicu Adrian Pătraşcu, *Neopăgânismul contemporan. Repere fundamentale* (Constanţa, 2023).

- energiile
- şi forţele

naturii.

"În ultimii ani, omul contemporan secularizat şi decreştinat s-a inspirat din vechile tradiţii indigene ca bază a unei noi religii pentru secolul al XXI-lea. Această nouă religie, numită neopăgânism sau pur şi simplu păgânism, este, în termenii cei mai generali, o formă de misticism al naturii. Este o credinţă care vede pământul şi toate lucrurile materiale ca pe o teofanie, o revărsare a prezenţei divine, care este ea însăşi personificată în figura Marii Zeiţe şi a consoartei sale, Zeul sau principiul masculin al naturii. Se presupune că aceste două principii înglobează întreaga existenţă şi întreaga evoluţie. Într-un anumit sens, aceasta este o nouă religie pentru New Age. Gândirea modernă este reprezentată de aceste două divinităţi de bază, a căror influenţă este mai degrabă complementară decât ierarhică sau antagonistă."[65]

Doi preoţi creştin ortodocşi discutau într-o zi.

- Ştii ce?
- Ce?
- De multe ori mi se pare că noi ortodocşii suntem cam cu două feţe.
- De ce?
- În ţară suntem mari creştin ortodocşi în timp ce acum sunt mulţi creştini ortodocşi care pleacă din ţară.
- În occident?
- Da.
- Şi?
- Acolo ajung să trăiască cu neortodocşi.
- Şi?
- Nu ar trebuii să le creăm condiţii la creştinii noştri ortodocşi să nu mai plece din ţară?
- Ba da.
- Şi atunci de ce nu o facem?
- Fiindcă această nu este o problemă religioasă.
- Dar ce fel de problemă?
- Politică.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă este bine să ştim că dacă liderii noştri ar respecta morala creştină situaţia s-ar schimba.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Este ceea ce spunea Sfântul Paisie Aghioritul.
- Ce?
- Dacă toţi creştinii ortodocşi s-a interesa de credinţa lor şi ar trăi-o cu tărie lumea s-ar schimba.
- Adică?
- Fiindcă lumea ar vedea ce frumoasă este viaţa de creştin ortodox.
- Crezi?
- Da.
- Poate ai dreptate.
- Sigur.
- Şi mai este ceva.
- Ce?
- Să ştii că cea mai mică rugăciunea nu rămâne fără rezultate.
- De ce?

[65] Idem.

- Fiindcă în cer ne sunt ascultate toate rugăciunile.
- Toate.
- Da.
- Nu ştiam.
- O să îţi spun o poveste din tradiţia ortodoxă.
- Te rog.
- Arie muri în drumul său triumfal spre biserica din Constantinopol — unde voia să între împotriva voinţei episcopului Alexandru.
- Am auzit de Arie.
- Bătrânul episcop se ruga cu evlavie.
- Cum?
- :Doamne voieşti ca mâine să fie primit în biserica Ta ereticul Arie ? Atunci ia-l pe servul Tău din lumea aceasta. Voieşti să Te înduri de biserica Ta, atunci ia-l pe Arie, ca să nu se pară că greşeala a intrat în biserica Ta.
- Şi?
- Ruga a avut efect.
- Cum?
- Arie în drum spre biserică simţi o straşnică durere în stomac, trebui să părăsească convoiul şi să iasă afară.
- Şi?
- Aici i se rupseră intestinele şi muri.[66]
- Interesant.
- Sigur.
- Nu ştiam de această întâmplare.
- Ştii acum.
- Şi crezi că Arie a murit datorită rugăciunilor episcopului Alexandru?
- Da.
- Deci Dumnezeu ne ascultă rugăciunile?
- Da.
- Este cumva logic.
- În ce sens?
- Suntem fii lui în cele din urmă nu?
- Prin credinţă în Domnul Iisus Hristos?
- Da.
- Aş mai vrea să ştiu ceva.
- Ce?
- Poate să fie rugăciunea o formă de asceză?
- În sine nu.
- De ce?
- Ea trebuie să fie însoţită de fapte de asceză.
- Post şi nevoinţă?
- Da.
- Aşa credeam eu.
- Aşa şi este.
- Rugăciunea trebuie să fie făcut pe un fond ascetic.
- Din ce îmi spui îmi dau seama că nu poate fi nici un fel de legătură dintre rugăciunea şi voluptate?
- Da.
- Aşa cred şi eu.
- Evident.

[66] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

- În lumea de azi există un cult al voluptăţii.
- Din nefericire.
- Aşa este.
- Rugăciunea în sine duce spre o viaţă ascetică.
- Sunt de acord.

„Într-o lume dominată tot mai mult de lupta pentru acumularea de bunuri materiale, în care tentaţia consumului a căpătat consistenţa şi constanţa unui loc comun, omul este constrâns să se conformeze valorilor economice şi materiale – productivitate, eficienţă, consum, bunuri; astfel, omul se auto-condamnează la marginalizare şi se pune în situaţia de a fi repudiat de comunitatea socială sau profesională din care face parte. Pentru a fi asemenea celorlalţi oameni şi asemenea societăţii, omul lumii globale şi postmoderne trebuie, în primul rând, să fie eficient şi productiv din punct de vedere economic, pentru a avea acces la bunuri şi servicii la un nivel minim acceptat social. Omul cu cea mai bună poziţie socială va fi cel care va reuşi să îşi transforme forţa de muncă, creativitatea şi inteligenţa în bunuri materiale şi bogăţie personală – idealul secular incontestabil al unei lumi blocate pe orizontala existenţei pământeşti. Ca o ironie a istoriei, din simbioza indestructibilă dintre răscumpărare şi munca eficientă, clamată de puritanii englezi separatişti de la sfârşitul secolului al XVI-lea, a rămas pentru urmaşii lor postmoderni doar ideea productivităţii cuantificate în profit, renunţând nu doar la certitudinea răscumpărării, ci şi la ideea de soteriologie."[67]

CAPITOLUL 3

RUGĂCIUNEA: CALE ESENȚIALĂ DE A RESTABILII LERGĂTURA CU DUMNEZEU

Tradiţia creştin ortodoxă susţine existenţa unui Dumnezeu personal care ajunge să îl implice pe om într-o relație personală cu el. Ei bine această relație se poate spune că de mai multe ori are

- suişurile
- şi coborâşurile

ei. De ce? Fiindcă atunci când omul păcătuieşte ei bine el se îndepărtează de Dumnezeu. Ei bine această rupere de Dumnezeu poate să fie rectificată mai ales prin rugăciune deşi ştim că este esenţială pocăinţa.[68]

Evident că toţi oamenii serioşi vor să fie în comuniune cu Dumnezeu. Totuşi istoria a arătat că sunt şi unii care nu vor să aibă nici o legătură cu Dumnezeu:

- ateii,
- nihiliştii,
- sataniştii,
- secularişti
- umaniştii seculari etc

sunt cu toţii care tânjesc la o eliberare de sub povara comuniunii cu Dumnezeu.

"Una din modalităţile cele mai concrete prin care omul intră în comuniune cu Dumnezeu este rugăciunea, „cheia cu care deschidem poarta cerului şi intrăm la Părintele ceresc", după cum ne învaţă Fericitul Augustin.

Este cunoscut faptul că prin cădere omul s-a rupt de Dumnezeu, adică voinţa, sentimentul şi raţiunea umană s-au pervertit. Cu toate acestea, omului căzut în păcat i-a rămas puterea de a intra în legătură cu Dumnezeu, de a comunica cu El."[69]

Rugăciunea este una la care putem să recurgem întotdeauna când simţim că ne îndepărtăm de Dumnezeu. Ea poate să fie făcut

- oriunde,
- oricând
- şi în orice împrejurare.

---

[67] A se vedea Nicu Adrian Pătraşcu, *Neopăgânismul contemporan. Repere fundamentale* (Constanţa, 2023).

[68] A se vedea Zaharia Zaharou, *Rugăciunea - o nesfârşită înfăptuire* (Essex, 2024).

[69] https://basilica.ro/rugaciunea-comuniune-cu-dumnezeu-si-izvor-de-sfintenie/ (accesat pe 28.09.2025).

Aceasta fiindcă este bine să ne dăm seama că Dumnezeu este cel mai sfânt şi cel mai bun lucru din viaţa noastră.

„Rugăciunea, cel mai intim dialog între om şi Dumnezeu, este o adresare plină de sinceritate, naturaleţe şi de dăruire tainică a fiului faţă de Părintele său. Această stare vine dintr-o simţire lăuntrică, omul fiind povăţuit de propriile bucurii sau necazuri să-şi plece genunchii înaintea lui Dumnezeu. Însă, auzind replica Mântuitorului Hristos: Nu ştiţi ce cereţi!, adresată fiilor lui Zevedeu când aceştia au cerut privilegii care nu ţineau de demnitatea unor apostoli, ne dăm seama că rugăciunea trebuie să urmeze anumite reguli. Aceste reguli ţin de modul de adresare şi de Persoana celui care îţi ascultă rugăciunea. Astfel, în rugăciune, putem să-L slăvim pe Dumnezeu (de pildă, la slujba Utreniei, vă amintiţi, când preotul sau diaconul rosteşte: Slavă Ţie, celui ce ne-ai arătat nouă lumina! şi la strană se cântă Doxologia), să-i mulţumim pentru dragostea pe care o arată faţă de noi şi să-i cerem ca bunătatea Lui să se reverse asupra noastră şi atunci când nu facem voia Lui. În Biserică, la slujbele de obşte, acasă, în intimitatea camerei noastre, pe stradă, la serviciu, rugăciunea devine mod de viaţă. Această stare o deprinde omul care a înţeles că fără Dumnezeu nu poate reuşi în această lume."[70]

Evident că sunt mai mulţi creştin ortodocşi care sunt mari iubitori de Dumnezeu şi ei vor să Îl simtă pe Dumnezeu

- totdeauna,
- în orice loc
- şi cât mai mult.

După cum am spus ei pot să practice rugăciunea lui Iisus care poate fi spusă

- pe stradă,
- la locul de muncă,
- în mijlocele de transport

sau în alte cuvinte în orice situaţie concretă a vieţii.[71]

După cum ştim omul este o fiinţă a comuniunii. El are nevoie de comuniunea cu semenii lui:

- prieteni,
- familie,
- rude,
- vecini
- şi apropiaţi.

Totuşi dincolo de toate el tânjeşte la comuniunea cu Dumnezeu. Această comuniune este realizată prin rugăciune. În rugăciunea îi arătăm lui Dumnezeu nu numai că voim să fim în comuniune cu El ci la fel de bine şi că suntem smeriţi. Cum îi arătăm lui Dumnezeu că suntem smeriţi? Prin faptul că de cele mai multe ori rugăciunea este făcută în genunchi.

„Sfântul Apostol Pavel îi sfătuia pe contemporanii săi ca, pe lângă alte fapte bune, să se roage neîncetat. A ne ruga neîncetat înseamnă a ţine legătura permanent cu Dumnezeu. Faptele, gesturile, cuvintele, gândurile sunt raportate la Dumnezeu, astfel încât omul transformă totul în rugăciune, se roagă neîncetat. Dar pentru omul care se roagă numai cu buzele, însă mintea îi este risipită, rugăciunea aduce vreun folos? Ne răspunde Sfântul Macarie cel Mare: Omule, eu ştiu că tu nu ştii să te rogi! Roagă-te cum poţi tu! Dar roagă-te adeseori!, iar Sfântul Teofan Zăvorâtul ne spune că Cela ce se roagă des, însăşi rugăciunea i se face lui cel mai mare dascăl al rugăciunii. Monahismul ne învaţă că rugăciunea trebuie să aibă un ritm. Există în mănăstiri o „curgere" a rugăciunii, indiferent de intemperiile vremii, de succesiunea guvernelor, de crize…"[72]

Ceea ce se poate vedea din experienţa concretă a vieţii este că oamenii tind să se roage de cele mai multe ori când peste ei vin

- necazuri,
- probleme
- şi dificultăţi.

[70] https://basilica.ro/rugaciunea-comuniune-cu-dumnezeu-si-izvor-de-sfintenie/ (accesat pe 28.09.2025).
[71] A se vedea Marcu Toma, *Despre rugăciunea lui Iisus* 1 şi 2 (Editura Evanghelismos, 2022).
[72] https://basilica.ro/rugaciunea-comuniune-cu-dumnezeu-si-izvor-de-sfintenie/ (accesat pe 28.09.2025).

De ce? Fiindcă ei simt că nu pot să facă faţă singuri. Ceea ce este mai trist este că atunci când vin peste ei mai multe probleme, ei bine unii oameni pur şi simplu uită de Dumnezeu şi nu mai vor să aibă de a face nimic cu El. De ce? Fiindcă nu vor să accepte că un Dumnezeu al iubirii îi lasă să cadă în necazuri şi probleme.

Ceea ce trebuie să ne dăm seama este că relaţia cu Dumnezeu este

- complexă
- şi dinamică.

Ea nu este una statică şi de cele mai multe ori când omul se apropie de Dumnezeu ei bine diavolul vrea ca acest lucru să înceteze.[73]

„De pildă, în Mănăstirea „Sfântul Sava" din Ţara Sfântă, rugăciunea (Sfânta Liturghie) se săvârşeşte neîntrerupt de mai bine de 1500 de ani! Rugăciunea susţinută disciplinează firea, creează obişnuinţa de a veni înaintea lui Dumnezeu la anumite ore. Un scurt respiro de 5-10 minute, dimineaţa şi seara, în cele 24 de ore ale zilei, de la care să nu abdicăm, să nu negociem, este timpul nostru pe care l-am câştigat pentru veşnicie. Omul trebuie să se roage şi când nu simte nevoia, chiar şi atunci când nu are dispoziţia necesară. Incapacitatea de a ne ruga se datorează firii noastre umane păcătoase, care doreşte mai mult cele contrare lui Dumnezeu, şi nu cele fireşti. În lupta cu noi înşine căpătăm o altă percepţie despre relaţia noastră cu Dumnezeu, iar rugăciunea nu mai este înţeleasă ca obligaţie. Rugăciunea, pe acest fond, rodeşte din belşug. Se activează în noi credinţa, cea care face ca rugăciunea noastră să aibă putere şi siguranţă. De aici şi îndemnul Mântuitorului: Toate câte cereţi, rugându-vă, credeţi că veţi lua şi veţi avea (Marcu 11, 24). De asemenea, nădăjduim şi ne punem încrederea în iertarea şi milostivirea Lui, aşa cum spune Psalmistul: Nădăjduieşte în El şi El te va călăuzi (Psalmul 36, 5)."[74]

Prin urmare se poate spune că nu numai împrejurările externe ale vieţii ajung să rupă legătura noastră cu Dumnezeu ci la fel de bine şi sinele nostru. De ce? Fiindcă este bine să ştim că în sinele nostru există multe

- ifose,
- mofturi,
- dispoziţii
- şi negativitate.

Adunate la un loc – sub o formă sau alta – în cele din urmă ele ajung să ne rupă de comuniunea cu Dumnezeu.

După cum am spus trebuie să ştim că rugăciunea în faţa lui Dumnezeu nu este numai de cerere ci şi de

- mulţumire
- şi de doxologie (adică de laudă a lui Dumnezeu).

„Însă rugăciunea pornită din credinţă şi întărită de nădejde trebuie să fie pătrunsă de dragostea faţă de Dumnezeu. Şi în celelalte religii credincioşii se roagă, deşi unii fac acest lucru cu teamă, dar în creştinism iubirea alungă teama (I Ioan 4, 18), căci numai aici, în creştinism, Dumnezeu se face Om şi moare din iubire pentru oameni… Din a-ceastă perspectivă, prin rugăciune devenim mai buni, mai iubitori şi doritori de cele spirituale, ne plac slujbele Bisericii, începem să ne descoperim pe noi înşine ca fiind păcătoşi şi cerem îndreptarea noastră."[75]

Sfântul Isaac Sirul (după unii de fapt Sfântul Efrem Sirul) spunea că: "a îţi vedea păcatele proprii este un lucru mai mare decât a vedea îngeri."[76] Prin urmare este bine să ne dăm seama că rugăciunea trebuie să fie făcută într-o stare de pocăinţă. Aceasta fiindcă o rugăciune făcută cu mândrie nu are nici un folos. De ce? Fiindcă ştim foarte bine să Dumnezeu nu îi iubeşte pe cei mândrii.

Smerenia şi rugăciunea sunt două lucruri care sunt cât se poate de legate una de alta şi nu trebuie să uităm acest lucru. De ce? Fiindcă în acest mod vom ajunge în cele din urmă la

- comuniunea
- şi legătura

adevărată cu Dumnezeu.

---

[73] A se vedea Lavinia Bârlogeanu, *Diavolul în vziuni, poveşti şi vise* (Editura Nemira, 2014).

[74] https://basilica.ro/rugaciunea-comuniune-cu-dumnezeu-si-izvor-de-sfintenie/ (accesat pe 28.09.2025).

[75] Idem.

[76]https://manastireasuruceni.md/pr-constantin-coman/cel-ce-isi-vede-pacatul-este-mai-sus-decat-cel-ce-vede-ingeri.html (accesat pe 10.02.2026).

Rugăciunea este calea regală prin care îi comunicăm lui Dumnezeu că avem nevoie de El şi să demonii nu ne lasă în pace.

„Cel care se roagă puţin, se va ruga din ce în ce mai puţin şi va rămâne la o înţelegere măruntă, deformată, a rugăciunii şi rosturilor ei. Fiind întrebat părintele Porfirie din Muntele Athos dacă diavolul se sperie de rugăciunile făcute de credincioşi, a răspuns că diavolul nu se sperie de rugăciuni făcute când şi când, ci doar de programul de rugăciune şi de metanii… Cum se face totuşi că noi avem un program fix pe care-l respectăm cu stricteţe (cafeaua de dimineaţă, ştirile, serialul preferat etc.), dar când e vorba de rugăciune, renunţăm cu mare uşurinţă? Răspunsul este simplu: Dumnezeu nu este prioritar în viaţa noastră!”[77]

Doi filosofi discutau într-o zi.

- Ştii ce?
- Ce?
- Dumnezeu este atotştiutor?
- Da.
- Şi atunci de ce avem nevoie să ne rugăm Lui?
- Adică?
- El ştie mai dinainte ce avem nevoie.
- Aşa şi?
- Atunci de ce să ne mai rugăm?
- Tatăl tău te-a născut?
- Da.
- Şi te iubeşte?
- Da.
- Atunci de ce mai este nevoie să îţi spună că te iubeşte?
- Ca să îmi reamintească.
- Aşa este şi cu Dumnezeu.
- Vrea să fim într-o relaţie personală cu El?
- Da.
- Nu ştim.
- Ba da.
- Ştiu că Dumnezeu este o persoană.
- Fiindcă noi de la El avem propria persoană.
- Îmi dau seama.
- Şi mai este ceva.
- Ce?
- De multe ori ne rugăm lui Dumnezeu cu mare insistenţă.
- Aşa şi?
- Nu ne dăm seama însă că ceea ce cerem nu este de folos pentru noi.
- Cum?
- Ştii acea vorbă?
- Care?
- Aparenţele înşală.
- Da.
- Ei bine şi în rugăciune se aplică.
- Că aparenţele înşală?
- Da.
- Cum?
- O să îţi spun.
- Te rog.

[77] https://basilica.ro/rugaciunea-comuniune-cu-dumnezeu-si-izvor-de-sfintenie/ (accesat pe 28.09.2025).

- Este vorba de o întâmplare adevărată.
- Te ascult.
- Un păstor îşi pierdu-se viţelul cel mai frumos ce îl avea.
- Înţeleg.
- Îl căută în stânga îl căută în dreapta, însă viţelul pierise.
- Şi?
- Atunci căzu în genunchi şi ridicându-şi mâinile către cer, zise cu glas rugător.
- Ce?
- Doamne, Doamne scoate-l la iveală pe hoţ şi adu-mi-l înaintea mea. Dacă asculţi rugăciunea mea, îţi aduc drept jertfă o luminare mare Duminecă la sfânta liturghie.
- Şi?
- Abia rostise cuvintele aceste şi deodată îi apăru hoţul.
- Cine era?
- Hoţul era un urs groaznic, care se uită cu ochii plini de sânge la păstor.
- Nu se poate.
- Văzând primejdia în care se găseşte, păstorul se aruncă din nou la pământ, rugându-se în modul următor.
- Care?
- Atotputernice Dumnezeule! Pentru o luminare ai adus înaintea mea pe hoţ, îţi jertfesc zece luminări, dacă îl îndepărtezi de la mine.
- Şi?
- Ursul plecă departe.
- Frumos.
- Aşa se întâmplă adeseori cu oamenii scurţi la minte.
- Adică?
- Se îngrozesc mai rău atunci când bunul Dumnezeu le împlineşte dorinţa.[78]
- Aşa este.
- Vezi?
- Şi că mă gândesc cât de mulţi sunt dezamăgiţi de Dumnezeu.
- Că nu le ascultă rugăciunile?
- Da.
- Fiindcă nu este bine ceea ce cer.
- După criteriile lui Dumnezeu?
- Da.
- Dar nu după criteriile noastre?
- Şi ale noastre.
- Cum?
- După cum am spus trebuie să ştii că Dumnezeu vrea să fim asemenea Lui.
- Am mai auzit acest lucru.
- Şi este adevărat.
- Crezi?
- Da.
- Ştii ce?
- Ce?
- Eu cred că rugăciunea este o practică a adevăratei rugăciuni.
- De ce?
- Fiindcă un filosof adevărat se roagă.
- Este frumos ceea ce spui.
- Mă bucur că îţi place.
- Singur că îmi plac.

[78] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

- Foarte bine.

„Paradoxal, cunoaştem suficienţi oameni care au un program strict de rugăciune, dar rugăciunea nu operează în ei acele schimbări de care aminteam. Se roagă, merg la Sfânta Liturghie, dar sunt la fel de neiertători, de invidioşi; acatistele sunt nelipsite din rugăciunea personală, dar trufia, mânia, calomnia şi alte patimi sunt la fel de vii ca la cei care nu merg la Biserică. Ce să înţelegem? Că nu este importantă rugăciunea? Nu, rugăciunea este izvor de sfinţenie, ea descoperă interiorul nostru, luminează cugetul nostru. Iar atunci când descoperim cum suntem noi de fapt, nu mai putem dori răul cuiva, nu putem ţine vreme îndelungată supărarea pe o persoană care ne-a greşit, căci rugăciunea ne ajută în primul rând să ne curăţim firea noastră, să luptăm împotriva propriilor noastre patimi care ne urâţesc sufletul şi ne despart de Dumnezeu. Numai din această perspectivă rugăciunea îl poate transforma pe credincios, punându-l într-o relaţie sinceră cu Dumnezeu şi cu aproapele."[79]

Se poate spune că *rugăciunea este o experienţă existenţială.* De ce? Fiindcă este bine să ştim că rugăciunea nu este ceva

- vag,
- teoretic,
- rupt de realitate
- şi fără legătură cu realitatea.

La fel de bine se poate spune că rugăciunea este una care priveşte

- existenţa
- şi realitatea

în care trăim.

Ne rugăm şi acest lucru ajunge în cele din urmă să stabilească finalitatea ultimă a sufletului nostru. De ce? Fiindcă este greu să credem că ajungem să ne mântuim sufletul de iad fără de rugăciune. Rugăciunea este în acest sens mai puternică decât flăcările iadului. Sunt mai multe cazuri de sfinți care au scos suflete din iad prin rugăciune.

Iată o poveste spusă de părintele Arsenie Papacioc: "unui oarecare ins i s-au descoperit suferințele din iad. Până la glezne era unul în foc şi ţipa groaznic. Şi l-a întrebat asta

- De ce ţipi aşa?
- Pentru că veşnic sunt în focul acesta!

Şi a mers de a dat de altul care era în foc până la gât; dar acesta se bucura din când în când. Şi a spus:

- Cu mult mai mult sunt în foc decât alții, dar mă bucur când se mai face câte unul din neamul meu preot şi peste 40 de ani mă scoate de aici.

Vedeți, psihologic, 40 de ani erau un timp şi nu o veşnicie. Era fericit pentru că avea o nădejde."[80]

Se poate vedea că într-un anume fel rugăciunile celor vii pot să schimbe starea oamenilor din iad. Aceasta fiindcă rugăciunea este o armă care poate trece dincolo de graniţele acestei lumi.

Nu trebuie să uităm acest lucru fiindcă cu toții avem nevoie de rugăciune şi să ne mântuim. Este bine să ştim prin urmare că rugăciunea poate

- să treacă,
- să depăşească
- şi să meargă dincolo de graniţele acestei lumi.

„Aşa cum avem nevoie de hrană pentru trup, avem nevoie de hrană şi pentru suflet, căci ce este hrana pentru trup, aşa este rugăciunea pentru suflet. Sau, cum spunea Sfântul Ioan Gură de Aur, ce este apa pentru peşte, aceasta este rugăciunea pentru sufletul credinciosului."[81]

Este bine să ştim că vom ajunge să ne mântuim sufletul dacă în această viaţă ne rugăm cât mai mult. Aceasta fiindcă trebuie să ştim că rugăciunea poate face o lume

- mai bună,
- mai frumoasă,
- mai dreaptă

[79] https://basilica.ro/rugaciunea-comuniune-cu-dumnezeu-si-izvor-de-sfintenie/ (accesat pe 28.09.2025).

[80] https://www.crestinortodox.ro/sfaturi-duhovnicesti/parintele-arsenie-papacioc-ati-auzit-iad-nu-cunoasteti-68411.html (accesat pe 10.02.2026).

[81] https://basilica.ro/rugaciunea-comuniune-cu-dumnezeu-si-izvor-de-sfintenie/ (accesat pe 28.09.2025).

- şi mai nobilă.

„Adeseori, la privegherile sale, Stareţul Iosif Isihastul făcea rugăciune pentru părintele Gheorghe, preotul din satul natal, cel care îl botezase.

Acesta era un om sfânt ce trăia în feciorie. Făcea multe milostenii şi scotea demonii din oameni. Liturghisea în fiecare zi şi pomenea mii de nume, după care mergea pe la morminte şi făcea trisaghioane pentru cei adormiţi. Îşi pusese în minte, aşa simplu cum era, să-i scoată pe toţi păcătoşii din iad. Aşadar, părintele Gheorghe i s-a arătat odată Stareţului şi i-a spus cu uimire:

– Până acum credeam că cei adormiţi se mântuiesc numai cu Liturghiile, cu parastasele şi trisaghioanele. Acum însă am văzut că şi rugăciunile voastre, ale pustnicilor, scot suflete din iad."[82]

Prin urmare se poate vedea că rugăciunea nu este numai

- un simplu ritual,
- o simplă superstiţie,
- o simplă imaginaţie
- şi o simplă fantasmă.

Se poate vedea că este una care are rezultate

- concrete
- şi bine definite.[83]

După cum am spus rugăciunea este dreptul nostru a Îl chema pe Dumnezeu în ajutorul nostru. Este un drept pe care El ni l-a dat şi de ce să nu ne folosim de el?

În acest sens vom ajunge să îi înţelegem mai bine pe călugării care se roagă zi şi noapte. Ei sunt unii care simt o forţă mistică de a se ruga pentru lume şi pentru binele ei. Aceasta fiindcă ştim că un adevărat călugăr creştin ortodox nu se roagă numai pentru sine ci pentru toată lumea.

"Sfânta Muceniţă Perpetua povesteşte următoarele: Într-o zi, în ceasul când se ruga în temniţă, fără să se gândească bine, a rostit numele fratelui ei mort, Dinocrate, şi a început să se roage la Dumnezeu pentru el. În noaptea următoare a avut o vedenie. L-a văzut venind pe fratele ei, Dinocrate. Părea că vine dintr-un ţinut întunecat. Se afla în căldură mare, era chinuit de sete şi chipul lui era urât şi palid. Pe faţă i se vedea rana din pricina căreia murise. Între Perpetua şi Dinocrate era un râu adânc, şi astfel nu se puteau apropia unul de altul. Lângă Dinocrate, Perpetua a văzut un vas cu apă, dar era mult deasupra capului fratelui ei. Dinocrate se străduia să-l ajungă ca să bea apă, dar nu putea. Perpetua s-a tulburat de această privelişte şi din cauza fricii s-a trezit. Şi-a dat seama că sufletul fratelui ei se chinuieşte în lumea cealaltă. A început să se roage cu lacrimi pentru ca sufletul lui să se mântuiască. Peste puţin a văzut într-o vedenie locul unde se afla Dinocrate, care acum era în lumină, nu întunecat. Iar chipul lui era de-acum vesel şi frumos şi nu se mai vedea rana. Vasul cu apă nu mai era acum prea sus, şi astfel, acela putea să-l ajungă uşor. Lângă el se afla o cană din aur plină cu apă. Dinocrate s-a apropiat, a luat cana şi a Început să bea. Bea, bea, şi apa nu se împuţina. Apoi el umbla mulţumit şi bucuros. Perpetua a înţeles că fratele ei, cu ajutorul rugăciunilor, scăpase de pedepse."[84]

Se poate vedea aici că rugăciunea este una care are mare efect pentru lumea de dincolo. De ce? Fiindcă trebuie să ştim că cât timp suntem în această viaţă ne putem ruga şi în acest sens putem

- schimba,
- modifica
- şi îmbunătăţii

condiţia celor care au murit şi au trecut dincolo de această viaţă.

A fost voia lui Dumnezeu să descopere mai ales în tradiţia creştin ortodoxă că rugăciunea nu este

- vorbărie goală,
- cuvinte fără sens
- şi o îndeletnicire fără rost.

---

[82] Stareţul meu Iosif Isihastul – Cuviosul Efrem Filotheitul, Editura Evanghelismos apud https://marturieathonita.ro/si-cu-rugaciunea-potisa-scoti-un-suflet-din-iad/ (accesat pe 10.02.2026).

[83] A se vedea *Puterea celor 40 de liturghii şi părăstase. Din învăţăturile părintelui Cleopa* (Iaşi, 2003).

[84] Protopresbiter Dimitrios Athanasiou, *Moartea şi Viaţa de dincolo de mormânt*, (Editura Egumeniţa, 2018), p. 258.

Rugăciunea trebuie să ştim că este cât se poate de efectivă şi ea este una care lucrează şi are efecte cât se poate de concrete. Trebuie să credem ceea ce a fost descoperit de Dumnezeu sfinţilor, teologilor şi persoanelor care sunt cât se poate de pline de harul lui Dumnezeu.

"Părintele Nicodim Măndiţă ne povesteşte întâmplarea trăită de părintele Cirus Luca, care prin milostenii şi rugăciuni a scos din iad sufletul fratelui său. Acesta avea un frate, care, chiar şi după ce s-a făcut călugăr s-a îngrijit foarte puţin de mântuirea sa. Moartea l-a surprins în acea stare de neîngrijire. Părintele Luca, mâhnit de aceea că fratele său nu se pregătise pentru moarte, a rugat pe Dumnezeu să-i descopere soarta repauzatului. Şi iată că într-o zi bătrânul a văzut într-o vedenie sufletul fratelui său în stăpânirea demonilor. Atunci, îndată a trimis să cerceteze chilia fratelui mort şi a găsit în ea bani şi lucruri.

Bătrânul înţelese din aceasta că sufletul fratelui său suferea pentru că s-a abătut de la făgăduinţa sărăciei de bunăvoie şi tot ce se găsea în chilie, bătrânul a dat săracilor. După aceea, el a avut o altă vedenie. S-a arătat bătrânului tribunalul ceresc şi a văzut pe îngeri şi pe demoni disputându-şi sufletul fratelui său. Demonii strigau:

- „Acest suflet este al nostru căci faptele lui au fost rele!"

Însă îngerii răspunde-au că sufletul era scăpat de puterea lor prin milostenia împărţită pentru el. Şi demonii replicau:

- „Au doară mortul a făcut milostenia? Oare nu a făcut milostenia acest bătrân?"

Şi ei arătau pe Cirus Luca. Părintele ascet a răspuns:

- „Aşa, eu am făcut milostenia, dar nu pentru mine, ci pentru acest suflet".

Demonii mâhniţi de răspunsul bătrânului se împrăştiară şi sfântul liniştit prin această vedenie încetă de a se mai întrista de soarta fratelui său (din„Viaţa Repauzaţilor" pp. 80-81).[85]

Doi sociologi discutau într-o zi.

- Ştii ce?
- Ce?
- De ce are biserica un cult public?
- Fiindcă oamenii se pot ruga împreună.
- Dar ne putem ruga şi singuri.
- Ştii ce?
- Ce?
- De ce Iisus a spus rugăciunea Tatăl nostru şi nu Tatăl meu?
- De ce?
- Nu ştii?
- Nu.
- Fiindcă El a voit ca noi să fim uniţi ca fraţii.
- În jurul Aceluiaşi Tată?
- Da.
- Nu ştiam acest lucru.
- Rugăciunea din Biserică este o modalitate de a devenii mai deschişi unii faţă alţii.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă oamenii sunt mult mai uniţi dacă se roagă.
- Nu ştiu ce să spun.
- Cu toţii avem un singur Dumnezeu.
- Aşa este.
- Atunci trebuie să ne unim eforturile pentru a ajunge la el.
- Nu ştiu ce să spun.
- Să ai încredere în cuvintele mele.
- Încerc.

[85] Protos. Nicodim Măndiţă, *Explicarea Sfintei Liturghii,* (Editura Cartea Ortodoxă, Alexandria, 2017) p. 266-267.

- Şi vei reuşii.
- Sper.
- Şi mai este ceva.
- Ce?
- Pe 17 Iunie 1928 oraşul Mexic a fost zguduit de un cutremur, care a durat cu intermitenţe 43 minute.
- Vai de mine.
- Cea dintâi zguduitură a surprins lumea la diferite petreceri în seara unei Sâmbete.
- Şi?
- Stingându-se luminile, panica era foarte mare.
- Îmi dau seama.
- Lumea din diferite teatre şi cinematografe a năvălit spre ieşiri.
- Evident.
- Într-unul din cinematografe rula tocmai un film religios.
- Frumos.
- Sub impresia zguduirilor mulţi privitori au căzut în genunchi înălţând rugăciuni către cer spre a fi salvaţi.
- Te cred.
- Dar cutremurul trecând, mulţi spectatori, s-au ruşinat că au fost nevoiţi a se ruga.
- De ce?
- Ei credeau în Dumnezeu dar nu le plăcea să-i vadă alţii că au sentimente religioase.
- Adică?
- Rugăciunea lor era nesinceră şi se ruşinau că alţii au văzut micimea lor în mijlocul primejdiilor.
- Nu îmi vine să cred.
- Să ne ferim a fi ca aceşti oameni, de altă credinţă decât noi.[86]
- Aşa este.
- Deci vezi?
- Ce?
- Oamenii la nevoie se roagă împreună.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă îşi fac curaj unul altuia.
- Nu ştiu ce să spun.
- Şi mai este ceva.
- Ce?
- Când erai copil cine te-a dus prima dată la biserică?
- Bunica.
- Şi ea te-a învăţat să te rogi?
- Da.
- Ei vezi sunt şi unii care nu au avut o bunică cum ai avut tu.
- Şi?
- Ei pot învăţa să se roage de la cei din biserică.
- Aşa este.
- Vezi?
- Cum de nu m-am gândit la acest lucru.
- Nu poţi să le ştii pe toate.
- Aşa este.
- Acum eşti lămurit?
- Da.
- Mă bucur.

[86] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

- Îmi dau seama că trebuie să studiez mai mult rugăciunea publică.
- Ar fi de mare folos.
- Crezi?
- Da.

„Sfântul Grigorie Dialogul ne istoriseşte că trăia odinioară într-o mânăstire un monah, numit Iust, care era robit de patima iubirii de arginţi. În mânăstire, regula interzicea fraţilor orice proprietate. Toate erau de obşte în mănăstire. Monahul lust s-a îmbolnăvit şi simţind că i se apropie moartea, descoperi propriului său frate, ce era lângă el, că poseda trei monede de aur. Stareţul, mâhnit până în adâncul sufletului, dar, voind totodată a veni în ajutorul păcătosului şi a scuti în acelaşi timp pe ceilalţi fraţi de înfrângerea regulii mănăstirii, a hotărât să fie opriţi toţi din comunitate să intre la bolnav. L-a izolat ca pe un membru interzis şi l-a lipsit de împărtăşirea cu obştea. S-a hotărât atunci ca să-l îngroape într-un loc separat şi să arunce acele trei monede de aur în mormântul său. Acestea poate au fost neînţelese de bolnav. El a murit şi a fost îngropat după cum se stabilise. A trecut 30 de zile de la moartea lui Iust. În fine, stareţul din milă faţă de cel ce murise a cerut să se facă rugăciunile pentru morţi, cu parastas în timpul celor treizeci de zile următoare. După trecerea celor treizeci de zile, Iust s-a arătat într-o noapte fratelui său, nu în vis, ci în mod simţit. Fratele mirat îl întrebă: „Ei, bine, frate, cum te găseşti?" Celălalt răspunse: „Mă aflam foarte rău mai înainte, dar acum sunt foarte bine". Fratele lui lust, mărturisi această arătare comunităţii. Era tocmai a treizecea zi de rugăciuni pentru el. Se săvârşise zilnic Dumnezeiasca Liturghie cu parastas. Aşadar, cel mort însuşi revenit din iad, mărturiseşte de scăparea sa din iad. În acest caz, prin apariţie îşi exprimă recunoştinţa şi face părtaşi la bucurie şi pe binefăcătorii."[87]

Prin urmare trebuie să ştim că rugăciunea este una care lucră dincolo de această lume fiindcă este bine să ştim că există o lume nevăzută de natură spirituală din care face parte şi Dumnezeu. Ştim că în această lume există două categorii de duhuri

- duhuri bune sau îngerii
- şi duhuri rele sau demonii.

În acest sens îngerii locuiesc cu Dumnezeu în cer şi sunt de partea noastră şi vor să ajungem la ei în timp ce diavolii sunt în chinuri infernale şi vor să tragă acolo toată umanitatea.

Prin rugăciune ei bine noi nu facem decât să îi punem într-o stare de activitate pe îngeri fiindcă ei sunt cei care – după tradiţia creştin ortodoxă – duc rugăciunile noastre la tronul lui Dumnezeu.[88]

"Sfântul Grigorie Dialogul povesteşte întâmplări care arată cât de mare putere are rugăciunea Bisericii pentru cei morţi. Un frate al mănăstirii a fost pedepsit foarte aspru pentru un anumit păcat, încât să fie spre pildă pentru ceilalţi monahi. Pedeapsa lui a fost să nu i se facă parastasul de trei zile pentru sufletul său atunci când va muri. Însă la câteva zile de la moartea lui au hotărât, din milă pentru sufletul său, să se facă Sfânta Liturghie pentru el, în loc de parastasul de trei zile, pe care nu-l săvârşiseră. După aceasta, monahul mort s-a arătat unei rude de-a lui şi i-a spus: Până acum am fost într-o stare înfricoşătoare. Dar acum sunt liniştit, fiindcă astăzi fraţii s-au rugat pentru mine."[89]

Avem aceste mărturii care au fost făcute din mila lui Dumnezeu pentru noi ca să ne dăm seama de

- puterea,
- tăria
- şi importanţa rugăciunii.

Cei care au avut pe cineva mort în familia lor evident că îl vor plânge dar la fel de bine ei se pot ruga pentru el şi în acest mod cu siguranţă că îi vor modifica în bine starea dincolo de această lume.

Rugăciunea trebuie să ştim că este arma pe care Dumnezeu a lăsat-o nouă oamenilor împotriva diavolului. De ce? Fiindcă el nu suportă rugăciunea. De ce? Fiindcă rugăciunea înseamnă

- comuniune,
- iubire,
- legătură
- şi relaţie

[87] Protopresbiter Dimitrios Athanasiou, *Moartea şi Viaţa de dincolo de mormânt,* (Editura Egumeniţa, 2018), p. 271.
[88] A se vedea Andri Drăgulinescu, *Lumea nevăzută a duhurilor* (Editura Agaton, 2023).
[89] Protopresbiter Dimitrios Athanasiou, *Moartea şi Viaţa de dincolo de mormânt*, (Editura Egumeniţa, 2018), p. 259.

cu Dumnezeu.

Ori ştim că diavolul detestă şi urăşte veşnic tot ceea ce se leagă de Dumnezeu. De ce? Fiindcă el se vede pe sine mai bun decât Dumnezeu şi crede că poate să schimbe acest lucru prin faptul că el va devenii Dumnezeu.

Tradiţia creştin ortodoxă este plină de cazuri de persoane care au ajuns să experimenteze sub o formă sau lata puterea rugăciunii.

„Părintele Dimitrie Gagastathis (+ 1975) povesteşte următoarele: În satul Liopraso, sus pe munte, se aflau oasele a patru morţi care fuseseră înjunghiaţi de partizani în luna august 1944. Părintele s-a dus împreună cu alţi săteni să ia oasele şi să le pună în osuarul satului. Când au ajuns acolo, se auzeau plânsete şi gemete, ca şi când ar fi fost chinuiţi în ceasul acela. Cei aflaţi de faţă s-au cutremurat. Părintele Dimitrie a făcut trisaghionul şi îndată plânsetele şi gemetele au încetat."[90]

CAPITOLUL 4

RUGĂCIUNEA CA TERAPIE A SUFLETULUI

După cum ştim trupul nostru se poate îmbolnăvii. Sunt mai multe boli ale lui care se pot vindeca cu tratament medicamentos. Dacă trupul se poate îmbolnăvii se poate îmbolnăvii şi sufletul? Da. La fel de bine şi sufletul se poate îmbolnăvii. Sunt în acest sens boli sufleteşti uşoare:

- anxietatea,
- depresia,
- nevrozele,
- stresul
- sau obsesiile.

Există o categorie de boli patologice ale sufletului care sunt de ordin psihiatic:

- schizofrenia,
- stresul post-traumatic,
- personalitatea multiplă
- tulburarea bipolară etc.

Ceea ce vom vorbii aici mai multe este că păcatul în cele din urmă este o boală a sufletului şi el ajunge să se transforme într-o patimă care este un fel de cerc vicios în care odată prins sufletul nu mai poate ieşii.[91]

„Generalizăm spunând că rugăciunea este comunicarea şi comuniunea sufletului credincios cu Părintele ceresc, în urma căreia omul devine mai cunoscător sub aspect duhovnicesc, iar iubirea faţă de semeni şi faţă de întreaga creaţie devine mai profundă."[92]

Patima şi păcatul sunt unele care trebuie să ştim că sunt unele care ajung să facă din suflet care este o entitate raţională ei bine o entitate iraţională. Sufletul trebuie să ştim că este sediul raţiunii în om. Ori ştim că patima se bazează pe

- lăcomie
- şi voluptate.

Aceste două noţiuni ei bine nu sunt raţionale. Beţivul sau dependentul de jocuri de noroc este unul care nu mai ţine cont de nimic şi tot ceea ce contează pentru el este să consume cât mai multe obiectul patimii sale.

„Aplicăm afirmând că rugăciunea se poate rosti spontan sau după un program anume, spre a exprima simţămintele care angajează sufletul la un anumit moment, dar recomandăm mai ales rugăciunile pe care ni le oferă Biserica prin cărţile de cult, care răspund tuturor cerinţelor vieţii noastre, fiind formulate de sfinţi sau de cei mai înduhovniciţi părinţi ai Bisericii."[93]

Ei bine este bine să ştim că în omul pătimaş demonii sunt unii care îşi fac lucrarea distructivă în voie. În ce sens distructivă? În sensul că vor ajunge să distrugă persoana peste care au pus stăpânire. Este bine să ne dăm seama

[90] *Părintele Dimitrios Gagastathis*, Salonic, p. 81.
[91] A se vedea Andrei Drăgulinescu, *Patimă și eliberare* (Sibiu, 2016).
[92] https://basilica.ro/rugaciunea-comuniune-cu-dumnezeu-si-izvor-de-sfintenie/ (accesat pe 28.09.2025).
[93] Idem.

că şi demonii au leacul lor. Unul dintre cele mai eficiente leacuri împotriva demonilor este rugăciunea. Rugăciunea este o terapie pentru sufletul împătimit pe care îl stăpânesc demonii prin patimi şi păcate.

De ce? De ce este rugăciunea o terapie a sufletului cuprins de demoni? Fiindcă rugăciunea este una care aduce în suflet harul lui Dumnezeu.

Iată cum sună o rugăciunea ortodoxă care poate să ne elibereze de patimi: „Dumnezeule, întru numele Tău mântuieşte-mă şi întru puterea Ta mă judecă. Dumnezeule, ascultă ru-gă-ciu-nea mea, pleacă urechea Ta la graiurile gurii mele. Ia aminte spre mine şi mă ascultă, că m-am mâhnit întru îngrijorarea mea şi m-am abătut. Inima mea s-a tulburat întru mine şi frica morţii a căzut asupra mea. Temere şi cutremur au venit peste mine şi întunericul m-a acoperit. Doamne, Dumnezeul mântuirii mele, ziua am strigat şi noaptea înaintea Ta. Să ajungă până la Tine rugăciunea mea, că s-a umplut de rele sufletul meu şi viaţa mea de iad s-a apropiat! Miluieşte-mă, Doamne, că ne-pu-tincios sunt! Vindecă-mă, că s-a tulburat foarte sufletul meu. Ostenit-am întru suspinarea mea. În toate nop-ţile îmi stropesc patul cu lacrimile mele şi în ele îmi scald aşternutul. Pentru ce eşti mâhnit, suflete al meu, şi pentru ce mă tulburi? Nădăjduieşte spre Dumnezeu şi mă voi mărturisi Lui, mântuirea feţei mele şi Dumnezeul meu."[94]

Evident că pe lângă rugăciunea sunt mai multe lucruri pe care le putem face pentru a ajunge să izgonim demoni patimilor din sufletul nostru. Postul, meditaţia, spovedania sau pelerinajul sunt cu toate metode prin care putem să ne eliberăm sufletul de tot ceea ce este

- pătimaş,
- necurat,
- stricăcios,
- pervertit
- şi nefolositor.

Rugăciunea nu numai că este comuniune spirituală cu Dumnezeu ci la fel de bine mai este terapie de sufletului. De ce? Fiindcă în cele din urmă sufletul este fericit numai când este în comuniune cu Dumnezeu.[95]

„.. spune Valeri Slezin, şeful Laboratorului de Neuropsihofiziologie al Institutului de Cercetare şi Dezvoltare Psihoneurologică Bekhterev din Petersburg. „Rugăciunea nu numai că reglează toate procesele din organismul uman, dar ea repară şi structura grav afectată a conştiinţei." Profesorul Slezin a făcut ceva de necrezut - a măsurat puterea rugăciunii. El a înregistrat electroencefalogramele unor călugări în timp ce se rugau şi a captat un fenomen neobişnuit – „stingerea" completă a cortexului cerebral. Această stare poate fi observată numai la bebeluşii de trei luni, atunci când se află lângă mamele lor, în siguranţă absolută. Pe măsură ce persoana creşte, această senzaţie de siguranţă dispare, activitatea creierului sporeşte şi acest ritm al biocurenţilor cerebrali apare tot mai rar, numai în timpul somnului profund sau al rugăciunii. Valeri Slezin a numit această stare necunoscută „trezie uşoară, în rugăciune" şi a dovedit că are o importanţă vitală pentru orice persoană. Este un fapt cunoscut că bolile sunt cauzate mai ales de situaţii negative şi de afronturi care ne rămân înfipte în minte."[96]

Ei bine evident că în zilele noastre există o întreagă pleiadă de psihologi şi psihiatrii care susţin că în cele din urmă rugăciunea nu este

- terapeutică,
- vindecătoare
- regenerativă etc.

Fiindcă din moment ce Dumnezeu este nevăzut de unde ştim că suntem în comuniune cu El? Pentru a da un răspuns la această obiecţie vom aduce în discuţie dialogul dintre un ateu şi un preot care erau la un ceai.

- Nu există Dumnezeu, a spus ateul.
- De ce? A răspuns preotul.
- Fiindcă nu L-a văzut nimeni.
- Eu cred că în ceaiul tău nu există zahăr.
- Ba da.
- Cum?

---

[94] https://doxologia.ro/rugaciune-pentru-usurarea-sufletului-la-intristari-spaima-ganduri-vise-urate-care-il-tulbura-pe-om (accesat pe 28.09.2025).

[95] A se vedea Radu Teodorescu, *Simulacrele fericirii în lumea contemporană* (Cugir, 2025).

[96] https://www.ovidan.ro/?p=articles.details.3064 (accesat pe 28.09.2025).

- În simt.
- Dar nu îl vezi.
- Şi?
- Înseamnă că nu există.
- Ba există fiindcă ceaiul este dulce.
- Vezi? Aşa este şi cu Dumnezeu nu Îl vezi dar Îl simţi.[97]

În acest sens trebuie să ştim că pe Dumnezeu nu Îl vedem dar Îl simţim. Cel mai bine acest lucru sufletul îl simte prin harul lui Dumnezeu. Harul lui Dumnezeu este unul care când este prezent face ca sufletul să fie

- fericit
- bucuros,
- împlinit
- şi mulţumit.

„În timpul rugăciunii, însă, grijile se mută pe un plan secundar sau chiar dispar cu totul. Astfel, devine posibilă atât vindecarea psihică şi morală, cât şi cea fizică. Slujbele bisericeşti ajută şi ele la ameliorarea sănătăţii. Inginerul şi electrofizicianul Angelina Malakovskaia, de la Laboratorul de Tehnologie Medicală şi Biologică, a condus peste o mie de studii pentru a afla caracteristicile sănătăţii unor enoriaşi înainte şi după slujbă. A rezultat că slujba în biserică normalizează tensiunea şi valorile analizei sângelui."[98]

Rugăciunea este terapeutică şi la fel de bine când este practicată regulat ei bine ajunge să ne

- prevină
- şi ferească

de mai multe rele care eventual ar putea venii peste noi.

Rolul terapeutic al rugăciunii trebuie să ştim că este unul care ne face să fim persoane care să ne dăm seama că ajungem să fim unii care să fim mult mai

- echilibrate,
- responsabile,
- integre
- şi mature.

Evident că sunt mai mulţi psihologi şi psihoterapuţi care nu acordă nici un fel de importanţă rugăciunii şi tot ceea ce cred este că în cele din urmă ceea ce contează este terapia de ordin ştiinţific. După cum putem să ne dăm seama terapia are şi ea rolul ei însă trebuie să ne dăm seama că contează foarte mult şi rugăciunea.

De ce? Fiindcă după cum am spus prin rugăciune ajungem să obţinem harul lui Dumnezeu. Acest har este unul care atunci când se pogoară face ca treptat sufletul să fie eliberat de toată negativitatea patimilor.

„Se ştie că după explozia de la Cernobîl, instrumentele de măsură pentru radiaţii au arătat valori care depăşeau capacitatea de măsurare a instrumentului. În apropierea Bisericii Arhanghelului Mihail, însă, aflată la 4 km de reactoare, valoarea radiaţiilor era normală."[99]

Prin urmare rugăciunea este unul care are un caracter terapeutic pentru suflet. De ce? Fiindcă deşi la început este inofensiv, ei bine la final trebuie să ştim că răul are forme de manifestare patologice. Este greu să vorbim normal cu un criminal în serie. Aceasta fiindcă el ajunge să se comporte mai mult ca un animal de pradă decât ca un om normal. Crima poate ajunge să devină o patimă. Se ştie de cazul unui cunoscut mafiot sicilian care când a fost prins a spus că el se simte bine că a ucis atât de mulţi oameni că ar putea să umple un cimitir între cu victime.

Răutatea prin urmare dacă nu este contra-atacată cu rugăciune ajunge să aibă forme de manifestare

- patologice
- bestiale
- şi degenerescente.[100]

Rolul terapeutic al rugăciunii este unul care ne face din sufletul nostru un receptacol al harului comuniunii cu Dumnezeu. Aceasta fiindcă în acest mod ajungem să fim unii care să ne vindecăm de patimi şi răutate.

---

[97] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).
[98] https://www.ovidan.ro/?p=articles.details.3064 (accesat pe 28.09.2025).
[99] Idem.
[100] A se vedea Radu Teodorescu, *Evil in world religions* (Pennsylvania, 2002).

„Oamenii de ştiinţă din Petersburg au confirmat, cu ajutorul experimentelor efectuate, că apa sfinţită, semnul crucii şi bătutul clopotelor pot să aibă, de asemenea, proprietăţi vindecătoare. De aceea, în Rusia, clopotele bat întotdeauna în cursul epidemiilor. Ultrasunetele emise de clopotele care bat omoară viruşii de gripă, hepatită şi tifos. Proteinele viruşilor se încovoaie şi nu mai poartă infecţia, a spus A. Malakovskaia. Semnul crucii are un efect şi mai semnificativ: omoară microbii patogeni (bacilul de colon şi stafilococii), nu numai în apa de la robinet, ci şi în râuri şi lacuri. Este chiar mai eficient decât aparatele moderne de dezinfecţie cu radiaţie magnetică."[101]

Doi psihologi discutau într-o zi.

- Ştii ce?
- Ce?
- Ajută sufletul rugăciunea?
- Da.
- Cum?
- O centrează pe ceea ce este esenţial.
- Dumnezeu?
- Da.
- Cum?
- Omul are o nevoie ontologică de Dumnezeu.
- Adică?
- Fără Dumnezeu sufletul o ia razna.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă trebuie să ştii că Dumnezeu ne vrea pentru Sine.
- De unde ştii acest lucru?
- De la crucea lui Hristos.
- Da, aşa este.
- Crezi?
- Da.
- Cum?
- Hristos a venit din cer la noi.
- Să ne mântuiască?
- Da.
- Şi ce este această mântuire?
- Credinţa că sufletul continuă să trăiască şi după moartea trupului.
- Se poate?
- Da.
- Ştii ce?
- Ce?
- Poate rugăciunea să facă sufletul mai bun.
- Da.
- Cum?
- Prin dispoziţia generică.
- Adică?
- O să îţi explic.
- Te rog.
- Am auzit o întâmplare adevărată.
- Despre ce?
- Din Africa?

[101] https://www.ovidan.ro/?p=articles.details.3064 (accesat pe 28.09.2025).

- Te ascult.
- Un tânăr african, ascultând mai mulţi ani de-a rândul predicile unui misionar creştin, la urmă se încreştină.
- Ce frumos.
- Stăpânul său ura pe misionar şi prin urmare ura şi credinţa lui.
- Nu se poate.
- El împiedecă pe tânăr să mai asculte serviciul divin.
- Vai de mine.
- Acesta însă, după o luptă cu sine însuşi, totuşi se duse la biserică.
- Mare curaj.
- La întoarcere stăpânul său îl prinse şi-l condamnă la 25 de bice.
- vai de mine.
- După ce tânărul fu bătut, zise stăpânul.
- Ce?
- „Acum spune-mi, ce poate face Hristos pentru tine?
- „Îmi va da putere să suport loviturile tale."
- „Să i se dea încă 25 de bice" porunci stăpânul.
- Şi iarăşi îl întrebă.
- Ce?
- „Ce poate să să-ţi ajute lisus?"
- „Îmi ajută să mă cuget la o răsplată în certuri, răspunse tânărul.
- „Să i-se dea încă 25 de bice" porunci tiranul.
- Şi?
- I s-au dat.
- Apoi zise din nou muribundului.
- Ce?
- „Ce poate să-ţi ajute Hristos?"
- Tânărul martir zise cu ultimele sale puteri.
- Ce?
- „Îmi ajută să mă rog pentru tine O! stăpâne!" şi îşi dete sufletul.[102]
- Ce frumos.
- Aşa este.
- A avut multă credinţă acest tânăr.
- Ştii cum este?
- Ce?
- Trupul este muritor.
- Şi?
- Trebuie să ne gândim la viaţa de apoi.
- Cam toate religiile o fac.
- Aşa este.
- Şi mai este ceva.
- Ce?
- Credinţa în viaţa de apoi este tot o terapie.
- Cum?
- Omul este motivat să fie bun dacă ştie că mai urmează o a doua viaţă.
- Aşa este.
- Vezi?
- Nu credeam că rugăciunea are efecte atât de bune asupra vieţii omului.
- Acum ştii.
- Aşa este.

[102] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

- Trebuie să ne folosim de ea.

„Astfel, recomandările ortodoxe de a binecuvânta orice mâncare sau băutură nu au numai o valoare spirituală, ci şi una preventivă. Apa sfinţită nu este numai purificată, ci ea îşi schimbă şi structura, devine inofensivă şi poate să vindece. Aceasta se poate dovedi cu aparate speciale. Spectrograful indică o densitate optică mai mare a apei sfintite, ca şi cum aceasta ar fi înţeles sensul rugăciunilor şi l-ar fi păstrat. Aceasta este cauza acestei puteri unice de a vindeca. Singura limită este că vindecă numai pe cei credincioşi."[103]

Este bine să ştim că societatea noastră nu îi consideră pe atei nebuni. Nu acelaşi lucru este văzut şi în Biblie. Iată ce spunea în acest sens Sfântul psalmist David: „zis-a cel nebun întru inima sa: nu există Dumnezeu" (Psalmul 52, 1). În sens biblic trebuie să ştim că ateismul este o formă de nebunie. În acest sens sunt mai multe boli pe fond religios. Sunt mulţi care deznădăjduiesc de mila lui Dumnezeu şi se văd damnaţi pentru veşnicie la chinurile iadului. La fel de bine sunt unii care au un fel de

- ură
- şi detestă

orice formă de viaţă religioasă publică. Ei consideră că tot ceea ce contează este viaţa religioasă privată.[104]

Terapia sufletului evident că poate să fie îngreunată de religie. De ce? Fiindcă ştim că sunt mai multe religii false. În acest sens trebuie să ştim că o religie falsă poate la fel de bine să afecteze sufletul.

Mai nou s-a demonstrat că practicile yoga sunt unele care deşi promit

- echilibru sufletesc,
- pace lăuntrică,
- împlinire sufletească
- şi linişte

pe termen lung ajung să creeze tot felul de probleme de natură sufletească şi uneori psihică. Ceea ce au putut să vadă istoririi religiilor este că deşi practicile yoga deşi nu încep prin a fi religioase în cele din urmă ajung să fie religioase. Evident că ele se leagă de credinţele hinduismului.[105]

„Laboratorul ştiinţific al Institutului de Medicină Industrială şi Navală a analizat apa înainte şi după sfinţire. A rezultat că dacă se citeşte rugăciunea Tatăl Nostru şi se face semnul Crucii asupra apei, atunci concentraţia bacteriilor dăunătoare va fi de o sută de ori mai mică. Radiaţia electromagnetică dă rezultate mult inferioare."[106]

Evident că se poate spune că religiile sunt unele care se afectează sufletul. De ce? Fiindcă este bine să ştim că în istorie au existat religii dintre cele mai ciudate. Păgânismul antic practica sacrificiul uman fiindcă zeii cereau acest lucru. Ne putem da seama că aceste practici "religioase" au ajuns să modifice structura

- psihică,
- mentală
- şi psihologică

a adeptului.

Mai noi sunt mai multe societăţi secrete care au ritualuri cât se poate de ciudate. Dintre cea mai cunoscută ştim că este francmasoneria. Deşi masoneria Îl numeşte pe Dumnezeu Marele Arhitect fiindcă este

- ocultă,
- obscurantistă
- şi retrogradă

masoneria este în cele din urmă o grupare satanică.

Sunt mai multe societăţi secrete în vremurile noastre – de genul masoneriei – care vehiculează teorii ale conspiraţiei globale şi care îşi duc adepţii pe căi străine de sănătatea mentală.

O astfel de grupare ştim că este în Statele Unite Ku Klux clan.

---

[103] https://www.ovidan.ro/?p=articles.details.3064 (accesat pe 28.09.2025).

[104] A se vedea Nicu Gavriluţă, *Sociologia religiilor. Credinţe, ritualuri, erezii* (Iaşi, 2013).

[105] A se vedea Spyridon Bailey, *Behind de veil* (Feedared, 2019).

[106] https://www.ovidan.ro/?p=articles.details.3064 (accesat pe 28.09.2025).

"Ku Klux Klan este numele sub care sunt cunoscute mai multe organizaţii rasiste extremiste, dintre care prima a apărut după Războiul Civil American în 1865 în statul Tennessee (SUA). Membrii acestor organizaţii susţin superioritatea rasei albe şi îşi exprimă adesea cu violenţă atitudinea de antisemitism, anticatolicism, homofobie etc

Simbolul KKK

Denumirea vine probabil din cuvântul grecesc kyklos, însemnând cerc, şi cuvântul clan.

Scopurile iniţiale ale organizaţiei erau aparent nobile: "protejarea celor nevinovaţi şi neajutoraţi" şi "ajutorarea celor oprimaţi". Două elemente au fost încă de la început îngrijorătoare: organizaţia se autointitula "Statul Invizibil", Ku Klux Klan-ul îi considera pe albi superiori populaţiei de culoare. Din cauza acestei adversităţi faţa de negri, organizaţia nu s-a putut împăca cu faptul că după Războiul de Secesiune, foştii sclavi obţinuseră drepturi egale cu populaţia albă. Prin urmare membrii Ku Klux Klan-ului au trecut la invadarea satelor şi oraşelor, torturând şi ucigând fără a suferi vreo pedeapsă. Oficial organizaţia s-a dizolvat în 1869, dar diferite grupări locale au continuat să terorizeze populaţia de culoare."[107]

Se poate vedea că sunt mai multe religii care evident că nu fac bine omului fiindcă ele sunt

- extremiste,
- obscurantiste,
- conspirative
- paranoice
- şi uneori psihotice.[108]

Vrem sau nu vrem să ştim dar ceea ce trebuie să ne dăm seama este că religia ne afectează într-un fel sau altul sănătatea psihică şi mentală. Aceasta fiindcă după cum am spus sunt mai multe religii

- false,
- reprobabil
- şi stricate.

Hinduismul indian actual crede în existenţa a peste 330 de milioane de zei. Sunt atât de mulţi zei în India că nu credem că un om într-o viaţă va ajunge să îi cunoască pe toţi. Nu are acest lucru mai multe implicaţii de ordin psihic? Evident că da. Mai nou antropologii religioşi ne-au spus că toate poziţiile yoga nu sunt altceva decât forme de prosternare în faţa zeilor hinduşi. Acest lucru este un fel de imitate a prosternării pe care creştinul ortodox o face în genunchi în faţa lui Dumnezeu.

„... spune A. Malakovskaia. Atunci când un preot sfinţeşte apa, densitatea optică este de 2,5 ori mai mare, atunci când sfinţirea este efectuată de o persoană credincioasă laică, numai de 1,5 ori mai mare, dar cu un om botezat şi necredincios, fără cruce la gât, schimbările au fost nesemnificative. După cum se vede, cercetătorii ruşi au fost capabili să măsoare unele efecte, dovedind cu mijloacele ştiinţifice actuale ceea ce Sfinţii Părinţi ştiu, prin experienţă, de 2000 de ani, dar „mecanismul" fiind divin, nu poate fi explicat în termeni omeneşti."[109]

Viaţa religioasă este frumoasă şi după cum am spus ea este una care ajunge să influenţeze sănătatea sufletească. De ce? Fiindcă este bine să ştim că dacă vom ajunge în cine ştie ce sectă ei bine vom fii unii care ne vom pune psihicul uman la mare încercare.

Secta are de cele mai multe ori o orientare antisocială. Secta este un fel de societate închisă în care cine nu face parte este văzut ca un fel de

- duşman,
- inamic
- şi pericol.

Sunt mai multe secte – mai ales în Statele Unite – care în urma la mai mulţi pastori "harismatici" au ajuns să practice sinuciderea în masă. Evident că aici vorbim cu cazuri de oameni bolnavi mental. Aceasta fiindcă este bine să ştim că viaţa religioasă ajută psihicul uman dacă este făcută în mod

- responsabil,
- ortodox,

[107] https://ro.wikipedia.org/wiki/Ku_Klux_Klan (accesat pe 11.02.2026).
[108] A se vedea Michael Streeter, *Istoria societăţilor secrete* (Editura Litera, 2011).
[109] https://www.ovidan.ro/?p=articles.details.3064 (accesat pe 28.09.2025).

- curat,
- şi sincer.

„Psihicul unui om este rezultanta experienţei individuale de viaţă suprapusă peste fondul genetic moştenit. Însă, în copilărie şi adolescenţă, două perioade foarte importante în dezvoltarea unui individ, acest psihic se modelează. Copiii care au crescut în familii în care s-a practicat credinţa au devenit nişte adulţi mai empatici şi mai integraţi social. Ştiinţa ne explică acest lucru prin faptul că practicarea credinţei suprimă parţial creierul analitic, dezvoltând complementar creierul social."[110]

Doi asistenţi sociali discutau într-o zi.

- Ştii ce?
- Ce?
- Am remarcat un lucru la care nu mă aşteptăm.
- Ce?
- Cei care ne solicită ajutorul au de multe ori nevoie nu de bani sau lucruri materiale.
- Dar de ce?
- De o dovadă de bunătate.
- În ce sens?
- Sunt bătrâni de care familia nu mai vrea să ştie.
- Şi?
- Sunt extrem de sensibili cu privire la iubirea celor din jur.
- Îmi dau seama.
- Deci nu numai banii şi bunurile materiale sunt unele care au nevoie.
- Nu ştiam.
- Ba da.
- Şi mai este ceva?
- Ce?
- Asistenţa socială înseamnă şi asistenţă spirituală.
- Adică?
- Oamenii au nevoie de înţelegere şi iubire.
- Mi-ai mai spus.
- Şi vor să fie îndrumaţi cum să păţească mai bine în faţa problemelor cu care se confruntă.
- Interesant.
- Este.
- Şi care este concluzia?
- Că este bine să ajungem să fim unii care să ştim în ce direcţie să ne îndreptăm pe cei care au nevoie.
- Crezi?
- Da.
- Şi puteţi face acest lucru?
- Sunt asistenţi sociali care au terminat teologia.
- Şi?
- Ei sunt mult mai în măsură.
- Da?
- Da.
- Cred şi eu.
- Evident.
- Deci asistenţa socială înseamnă şi asistenţă spirituală?
- Da.
- Şi crezi că acest lucru contează?
- Da.
- De ce?

[110] Idem.

- Cei care sunt în nevoie au nevoie de nădejdea în Dumnezeu.
- Aşa este.
- O să îţi spun o poveste în acest sens.
- Te ascult.
- Un beţiv îşi făcea foiţe de ţigări din Noul Testament pe care i-l aduse un bun creştin.
- Şi?
- Beţivul îşi bătea în acest chip joc de cuvântul lui Dumnezeu şi de încercările creştinului.
- Aşa este.
- Dar odată s-a întâmplat că ţigarea se tot stingea.
- Şi?
- Desfăcând mucul ţigării, a mai aflat pe hârtie de pe el vorbele acestea cari nu apucaseră încă a arde.
- Care?
- „Care va fi sfârşitul celor ce nu ascultă de evanghelie?" (1 Petru 5. 7).
- Această întrebare îi străpunse inima.
- Cred.
- Nu mai putea scăpa de ea.
- Da?
- Orice făcea, ori încotro se ducea, nu putea scăpa de această întrebare teribilă: „care va fi sfârşitul celor ce nu ascultă de evanghelie?
- Şi?
- Peste câteva săptămâni căzu biruit la picioarele Crucii.
- frumos.
- Rugăciunea creştinului n-a fost zadarnică.
- Aşa este.
- Să ne rugăm neîncetat pentru cei căzuţi.[111]
- Aşa este.
- Este bine să ne dăm seama că simplul fapt de a fi un creştin ortodox conştiincios contează.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă oamenii vor să vadă în semenii lor lumina.
- Lumina faptelor bune?
- Da.
- Ştii de ce îmi aduc aminte?
- Nu.
- De ceea ce spunea Iisus în acest sens.
- Ce?
- Aşa să lumineze lumina voastră înaintea oamenilor, aşa încât să vadă faptele voastre cele bune şi să slăvească pe Tatăl vostru Cel din ceruri.
- Unde spune acest lucru.
- La Matei 5, 15.
- Am uitat.
- Nu este nici o problemă.
- Uneori aş vrea să ştiu toată Biblia pe de rost.
- Nu ai cum.
- Da.
- Sunt peste 1400 de pagini.
- Aşa este.
- Oricum mi-ai deschis ochii.

[111] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

- Că am discutat?
- Da.

Iată ce spunea despre rugăciune părintele Ciprian Florin Apetrei: "pentru creştini este foarte important să se roage zilnic. Rugându-ne în fiecare zi, suntem în dialog cu Dumnezeu şi arătăm că suntem conştienţi de importanţa vieţii noastre spirituale. Rugăciunea zilnică face parte din ceea ce numim efortul nostru duhovnicesc particular.

Rugăciunea zilnică este făcută atât de fiecare creştin singur, sau împreună cu cei din familia sa, sau cu alţi credincioşi, în orice loc, în orice timp, citită dintr-o carte de rugăciuni, sau rostită din taina inimii.

Părintele profesor Ene Branişte ne spune că acest tip de rugăciune face parte din cultul particular care „se poate manifesta oricând, în orice timp sau moment în care insul religios simte nevoia de a se ruga lui Dumnezeu sau de a-L lăuda", iar „rugăciunea particulară se poate face oriunde, nefiind legată de anumite locuri sau lăcaşuri". Tot părintele profesor arată că „în formele de exprimare ale cultului particular predomină spontaneitatea, improvizaţia individuală sau inspiraţia momentană a fiecărui credincios, care se poate ruga prin cuvintele care îi vin pe buze, aşa cum simte sau cum gândeşte fiecare, în formele pe care fiecare le găseşte mai nimerite. Aşa iau naştere formele cultului din pietatea populară, dintre care unele, din creaţii personale, devin cu timpul generale, fiind adoptate de grupuri mai mari de credincioşi şi terminând prin a fi adoptate în întreaga colectivitate religioasă"."[112]

Rugăciunea creştin ortodoxă este un lucru care ne apropie de Dumnezeu şi ne face să ne dăm seama că avem nevoie de El fiindcă ne poate conduce viaţa spre

- bine,
- fericire,
- dreptate,
- împlinire
- şi adevăr.

Acestea nu sunt numai simple cuvinte propagandistice ale ortodoxiei ci realităţi care au fost experimentale de sfinţii părinţi ai creştinismului ortodox.

Un teolog ca Evagrie Ponticul era de părere că *cine se roagă este teolog şi este teolog cel care se roagă.*[113] Este greu să spunem că avem o relaţie cu Dumnezeu dacă nu ne rugăm. De ce? Fiindcă viaţa noastră se poate vedea că de mai multe ori este plină de

- neprevăzut
- şi spontaneitate.

Rugăciunea prin urmare este un bun de mare preţ pe care trebuie să îl folosim fiindcă ea este o adevărată terapie pentru suflet. Aceasta fiindcă după cum am spus fără de rugăciune ei bine sufletul merge pe căi greşite. Sunt mai mulţi care după cum am spus nu cred în

- eficienţa
- şi efectivitatea

rugăciunii creştin ortodoxe. În acest sens ei ajung să recurgă la alte metode neortodoxe de mulţumire a sufletului:

- yoga hindusă,
- meditaţia budistă,
- practica zen,
- sincretismul religios New Age etc.

Toate acestea sunt mai mult surogate ale rugăciunii creştin ortodoxe care în timp vor îmbolnăvii sufletul.

Cultul particular este programul zilnic de rugăciune al fiecărui credincios. Despre importanţa rugăciunii zilnice, Părintele Iosif Aghioritul ne spune: „Dacă omul se obişnuieşte să spună zilnic rugăciunea, chiar şi de câteva ori, dar în fiecare zi, încet-încet, inima lui începe să se îndulcească şi va aştepta cu nerăbdare să vină acea clipă dedicată rugăciunii. Iar atunci când inima celui care se roagă se îndulceşte de ea, acela de la sine va căuta să se roage mai mult".[114]

Rugăciunea creştin ortodoxă are o valoare terapeutică asupra sufletului. De ce? Fiindcă ajunge să îl facă mult mai liber şi mult mai sănătos. Este trist – după cum am arătat în primul capitol – că rugăciunea este atât de divizată în

[112] https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/rugaciunea-zilnica-164011.html (accesat pe 11.02.2026).
[113] A se vedea Gabriel Bunge, *Evagrie Ponticul față cu ortodoxia. Apologie și istorie* (Sibiu, 2024).
[114] https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/rugaciunea-zilnica-164011.html (accesat pe 11.02.2026).

creştinism. De ce? Fiindcă se poate vedea că mai toate confesiunile creştine au un anumit etos al rugăciunii. Unul este etosul catolic şi alta este etosul luteran al rugăciunii. La fel de bine se poate vedea un cu totul alt etos al rugăciunii la neoprotestanţi.

Iată ce spunea despre rugăciunea tot părintele Ciprian Florin Apetrei: "Biserica ne învaţă să ne rugăm „mai ales dimineaţa, la amiază şi seara, înainte şi după ce am mâncat, la începutul şi la sfârşitul oricărui lucru. Ne rugăm dimineaţa, mulţumind lui Dumnezeu pentru odihna de peste noapte; Îl rugăm să ne păzească şi să ne ajute şi în timpul zilei, să ne binecuvânteze munca pe care o facem. Ne rugăm la amiază, întrucât această oră ne aduce aminte de răstignirea pe Cruce a Domnului nostru Iisus Hristos. În rugăciunile de seara mulţumim lui Dumnezeu pentru bunătăţile primite în timpul zilei, rugându-L să ne ierte greşelile şi să ne ocrotească în timpul nopţii" (Cartea de învăţătură creştină ortodoxă, ediţia 1978, p. 80).

Rugăciunea zilnică este hrana duhovnicească pe care o oferim sufletului nostru. Ea este respiraţia sufletului care reglează ritmul vieţii noastre duhovniceşti. Şi toate acestea pentru că „rugăciunea este vlăstarul blândeţii şi al lipsei de mânie; este rodul bucuriei şi al mulţumirii, alungarea întristării şi a descurajării... Rugăciunea este urcuşul minţii spre Dumnezeu" (Evagrie Monahul)."[115]

CAPITOLUL 5

RUGĂCIUNEA CA TERAPIE A MORŢII (A FRICII DE MOARTE)

Moartea este poate cea mai crudă realitate a vieţii noastre. Aceasta fiindcă este bine să ştim că nimeni nu vrea să moară. Totuşi murim şi de ce să nu spunem că în faţa morţii de mai multe ori ne simţim stupefiaţi. Ceea ce ne spune tradiţia creştin ortodoxă este că Dumnezeu nu a creat moartea ci moartea este o operă a diavolului care a voit să îl distrugă pe om din invidie că este creaţia lui Dumnezeu. Prin urmare în sens creştin ortodox frica de moarte este frica de diavol.[116]

Prin urmare murim şi acest lucru ne sperie pe bună dreptate. Ce este de făcut? A venit momentul să ne rugăm. Cu cât ne rugăm mai mult cu atât

- teroarea,
- frica
- şi angoasa

morţii de depărtează de la noi.

Iată ce spunea despre moarte teologul Ionuţ Bursuc: „pentru creştini, moartea este mai mult o trecere şi o schimbare de stare, decât un final implacabil, tragic şi lipsit de sens. Cu toate acestea, despărţirea de cineva drag nu este mai puţin dureroasă, chiar şi atunci când este privită din această perspectivă. Din acest motiv, creştinii nu-i exclud pe cei adormiţi, din rugăciunile lor, ci le pomenesc numele în rugile sau slujbele oficiate în biserici. Prin această grijă, ei arată preţuirea pentru cei trecuţi la Domnul şi preocuparea pentru binele acestora, chiar dacă au părăsit această viaţă."[117]

Frica de moarte ştim că este un sentiment natural pentru om dar nefiresc în sens psihologic. Aceasta fiindcă este bine să ştim că nimeni nu vrea să moară. Când ne luptăm cu frica de moarte este bine să ştim că ne luptăm mai mult cu teroarea diavolului care ne vrea

- pierduţi,
- părăsiţi
- şi fără nădejde

pentru totdeauna.

Teroarea morţii adevărul este că poate să facă mult rău sufletului omului. De ce? Fiindcă omul poate să devină obsedat de moarte şi în acest sens să uite să mai îşi trăiască viaţa. Nu trebuie să uităm acest lucru fiindcă sunt mulţi care nu cred că moartea poate să îi afecteze.

---

115 https://ziarullumina.ro/teologie-si-spiritualitate/theologica/rugaciunea-zilnica-164011.html (accesat pe 11.02.2026).

116 A se vedea Radu Teodorescu, *De la teroarea "sabiei lui Damocles" la liniştea şi împăcarea "sabiei de foc a Sfântului Arhanghel Mihail"* (Cugir, 2025).

117 Ionuţ Bursuc https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/rugaciunea-care-depaseste-hotarele-mortii-56371.html (accesat pe 28.09.2025).

În cele din urmă trebuie să ştim că *esenţa* morţii ne scapă. De ce? Fiindcă este produsul unei forţe supranaturale. Este vorba de diavol. Totuşi Dumnezeu are mult mai multă putere peste diavol. Iisus prin exorcizările pe care le-a făcut ne-a demonstrat că are autoritate peste diavol.

De fapt este bine să ştim că rugăciunea viilor pentru cei morţi poate să le facă mult bine. Tot teologul Ionuţ Bursuc spunea: "episcopul ortodox Kallistos Ware, interpretează, într-o manieră accesibilă şi plină de sensibilitate, raţiunea fundamentală a mijlocirilor sau a rugăciunilor pentru cei adormiţi: comuniunea în iubirea reciprocă. După cum se exprimă eruditul teolog englez în fragmentul pe care vi-l propunem în această săptămână, faptul că noi ne rugăm şi pentru cei adormiţi nu înseamnă că, altminteri, Dumnezeu nu ar avea grijă de ei, ci pune în lumină dorinţa noastră vie de a menţine şi întări comuniunea cu semenii, vii sau trecuţi la Domnul, şi cu Dumnezeu, Mântuitorul tuturor."[118]

Unii sunt de părere că în cele din urmă rugăciunea în faţa morţii nu are nici un efect şi nici un sens. De ce? Fiindcă este bine să ştim că pentru ei moartea este un punct final. Pe ei trebuie să îi întrebăm: cum se poate să fie liniştiţi în viaţa de zi cu zi dacă ştiu că la un moment dat neştiut de ei vor murii? Acest lucru are loc fiindcă Dumnezeu are putere peste moarte.

Este greu de crezut că Dumnezeu are putere peste moarte într-o lume care este plină de cimitire în care de multe ori a găsii un loc liber este un mare câştig. Ei bine moartea vine peste noi neaşteptată dar Dumnezeu ne-a dat ca remediu împotriva ei arma rugăciunii. Ceea ce mai mulţi creştin ortodocşi au putut să remarce este că cu cât s-au rugat mai mult cu atât mai mult frica şi teroarea morţii s-a depărtat de la ei.[119]

Ceea ce ştie mai toată lumea este că moartea a fost biruită de Hristos prin învierea Lui. El a voit să ne asigure prin acest lucru că moartea a fost

- biruită,
- învinsă
- şi răpusă

odată pentru totdeauna.

La fel de bine rugăciunea pentru cei morţi poate depăşii această graniţă pe care diavolul a voit să o facă imposibil de trecut. Iată ce spunea în acest sens tot teologul Ionuţ Bursuc: „pentru creştinii ortodocşi, rugăciunea pentru morţi nu este o chestiune de opţiune personală, un surplus de evlavie ci, dimpotrivă, un element permanent al rânduielii zilnice a slujbelor noastre. Avem o multitudine de astfel de rugăciuni: „Cela ce cu adâncul înţelepciunii, cu iubirea de oameni toate le chiverniseşti şi ceea ce este de folos tuturor le dăruieşti, Unule Ziditorule, odihneşte, Doamne, sufletele adormiţilor robilor Tăi, că spre Tine nădejdea şi-au pus, spre Făcătorul şi Ziditorul şi Dumnezeul nostru." Sau: „Odihneşte, Dumnezeule, pe robii Tăi, şi-i aşează în Rai, unde cetele sfinţilor, Doamne, şi dreptii ca luminătorii strălucesc: pe adormiţii robii Tăi odihneşte-i, trecându-le lor toate greşelile." Unele au un ton mai sumbru, amintindu-ne posibilitatea unei despărţiri veşnice de Dumnezeu: „De focul cel veşnic, de întunericul cel mai din afară, de scrâşnirea dinţilor şi de viermele care nu doarme şi de toată durerea, mântuieşte, Doamne, pe adormiţii robii Tăi."[120]

Rugăciunea este puntea noastră de speranţă peste abisul morţii. Ea ne face să avem partea de ajutorul lui Dumnezeu. Nu este de mirare că sunt atât de mulţi oameni care mor

- împăcaţi,
- liniştiţi,
- senini
- şi plini de nădejde.

Acest lucru ne spune că rugăciunea nu este o simplă

- himeră
- şi fantasmă

ci una care dă rezultate şi care ne face să depăşim frica de moarte.

Frica de moarte a dat naştere în secolul al XX-lea unei filosofii extrem de pesimiste. Este vorba de conceptul de *zein zum tode* – adică *al vieţii spre moarte* – a filosofului german Martin Heidegger. Heidegger a considerat că viaţa nu

---

[118] Idem.

[119] A se vedea Vasilios Papadakis, *Viaţa veşnică după moarte* (Galaţi, 2025).

[120] Ionuţ Bursuc https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/rugaciunea-care-depaseste-hotarele-mortii-56371.html (accesat pe 28.09.2025).

face decât să se îndrepte cu paşi repezi spre moarte. După mai multă lume urmând acestei linii de gândire în cele din urmă Heidegger a sfârşit din existenţialism în nihilism.[121]

Ei bine au fost şi sfinţi părinţi care au văzut în frica de moarte un lucru pozitiv. Care este acesta? Ei bine omul care se teme cu adevărat de moarte ajunge să nu mai păcătuiască. De ce? Fiindcă el devine conştient că păcatul îl împinge spre iad.

Iată ce spunea despre rugăciunea pentru cei morţi tot teologul Ionuţ Bursuc: „mijlocirea pentru cei morţi nu are limite rigide. Pentru cine ne rugăm? În sensul strict, în rugăciunile de obşte, canoanele ortodoxe autorizează rugăciuni nominale doar pentru cei care au murit în comuniune văzută cu Biserica. Dar există cazuri în care rugăciunile sunt mult mai cuprinzătoare. La Vecernia din Duminica Cincizecimii (numită „Vecernia plecării genunchilor") se rostesc rugăciuni chiar şi pentru cei din iad: „Care şi la acest praznic, cu totul desăvârşit şi mântuitor, ai binevoit a primi rugăciuni de mijlocire pentru cei ţinuţi în iad, dându-ne nouă mari nădejdi că vei trimite uşurare şi mângâiere celor cuprinşi de întristări apăsătoare" (Rugăciunea a cincea)."[122]

Este bine să ne dăm seama prin urmare de tot ceea ce înseamnă frica de moarte fiindcă sunt unii care devin obsedaţi de ea. Obsesia morţii poate să se sfârşească prost într-o boală psihică ce se numeşte tanatofobie.[123]

Cel care este cuprins de tanatofobie trebuie să ştim că se simte ca paralizat de această mare frică ce nu îi dă pace şi zi noapte. Este bine să ştim că sunt două lucruri în mare peste care omul nu are nici o putere:

1. data naşterii
2. şi data morţii.

De ce? Fiindcă trebuie să ştim că sunt lucruri care nu stau în puterea noastră. Nu am ales când să ne naştem şi la fel de bine nu ştim nici când vom murii. Aceasta fiindcă este bine să ştim că mai sus de noi sau mai bine deasupra noastră este o putere mult mai mare. Este vorba de Dumnezeu.

În contemporaneitate sunt mai mulţi mari gânditori şi filosofi care se gândesc pe mâna cui suntem în această viaţă. Evident că suntem pe mâna lui Dumnezeu. De ce? Fiindcă dacă nu voim şi nu alegem să fim pe mâna lui Dumnezeu vom ajunge pe mâna diavolului. Acest lucru ne duce direct în iad.

Frica de moarte este

- oribilă,
- grea,
- distrugătoare
- şi urâtă

dar prin rugăciune sinceră către Dumnezeu ajungem să îi venim de hac. De ce? Fiindcă ştim că Dumnezeu nu ne va lăsa singuri în faţa morţii. Este cu adevărat un lucru deprimant şi greu să vedem cu semenii noştri sunt răpuşi de moarte mai ales că ştim că la un moment dat şi noi vom păşii pe acest drum.

Frica de moarte este cumplită dar prin rugăciune putem să o ţinem în frâu. Mai mult, putem să o facem să lucreze în favoarea noastră. De ce? Fiindcă diavolul vrea să ne ducem această scurtă viaţă pe care o avem în cel mai

- destrăbălat
- şi depravat mod.

Ori când avem frică de moarte ştim că trebuie să ne pregătim pentru ceea ce va urma. În acest fel ajungem să ne eliberăm de teroarea morţii şi o facem să fie o trambulină prin care ne aruncăm spre veşnicie.

Moartea în mai toate religiile lumii – şi trebuie să ştim că în istorie au fost şi încă sunt foarte multe religii – este mai mult

- o trecere,
- un pasaj,
- o transpunere

într-o altă dimensiune sau după cum ne spune creştinismul ortodox în dimensiunea

- raiului
- sau a iadului.

---

[121] A se vedea Serafim Rose, *Nihilismul: o filosofie luciferică. Sau unde duce înţelepciunea acestui veac* (Galaţi, 2004).

[122] Ionuţ Bursuc https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/rugaciunea-care-depaseste-hotarele-mortii-56371.html (accesat pe 28.09.2025).

[123] https://www.medlife.ro/articole-medicale/frica-de-moarte-tanatofobia-ce-trebuie-sa-stii (accesat pe 12.02.2026).

Tot despre rugăciunea pentru cei morți teologul Ionuț Bursuc ne spunea: „care este temeiul doctrinar al acestei permanente rugăciuni pentru morți? Cum se justifică din punct de vedere teologic? Răspunsul este extrem de simplu și direct: comuniunea în iubirea reciprocă. Ne rugăm pentru cei morți pentru că îi iubim. Arhiepiscopul anglican William Temple numește aceste rugăciuni „tainele iubirii" și mai spune, în cuvinte pe care orice creștin ortodox s-ar bucura să le fi spus: „Nu ne rugăm pentru ei fiindcă fără rugăciunile noastre Dumnezeu n-ar avea grijă de ei ci, tocmai pentru că știm că-i iubește și are grijă de ei, cerem privilegiul de a ne uni iubirea noastră pentru ei cu iubirea Lui." Sau, cum spune Pusey: „Refuzul de a te ruga pentru morți este un gând atât de rece, atât de potrivnic iubirii, încât, și numai din acest motiv, trebuie să fie fals."[124]

Doi marinari discutau într-o zi.

- Știi ce?
- Ce?
- Noi putem să murim în orice moment.
- Așa este.
- Cum ți se pare?
- Cum să mi se pară?
- Știi cum?
- Cum?
- Știu că acolo sus este Dumnezeu.
- Și?
- El vechează asupra noastră.
- Crezi?
- Da.
- Dar unele vapoare se scufundă.
- Orice meserie își are riscurile ei.
- Asta așa este.
- Vezi?
- Te vă de multe ori liniștit.
- Așa este.
- De ce?
- Fiindcă știu că viața mea este în mâinile lui Dumnezeu.
- Ești sigur?
- Da.
- Cum?
- Fiindcă simt acest lucru în inima mea.
- Dar ai vre-o dovadă.
- Și încă câte.
- Păi spune-mi și mie una.
- Trebuie să mă gândesc mai bine.
- De ce?
- Fiindcă sunt mai multe.
- Nu te grăbii.
- Văd că tu nu ai încredere prea mare în Dumnezeu.
- Sincer nu.
- De ce?
- Fiindcă aici pe mare nu L-am văzut niciodată.
- Uite o să îți spun o întâmplare adevărată.
- Chiar?
- Da.

[124] Ionuț Bursuc https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/rugaciunea-care-depaseste-hotarele-mortii-56371.html (accesat pe 28.09.2025).

- Te ascult.
- În timpul unei furtuni pe mare, defectându-se ceva pe echipamentul unui vas, cel mai tânăr dintre marinari fu trimis sus pe catarg.
- Vai de mine.
- EI îngălbeni de spaimă, când pătrunse primejdia misiune, mai ales că se gândea la mama lui, care numai pe el îl avea.
- Păi da.
- Atunci el ceru de l căpitan câteva minute pentru pregătire.
- Şi?
- Apoi se duse în fugă jos într-un coif întunecat al vaporului, reveni încurajat şi resemnat, apoi înlătură repede şi cu dibăcie defectul.
- Minunat.
- „De sigur te-ai întărit cu o înghiţitură de rom?" îl întrebă cârmaciul.
- „Nu, m-am rugat lui Dumnezeu" răspunse tânărul.[125]
- Ce frumos.
- Vezi?
- Ce?
- Rugăciunea nu este o simplă superstiţie.
- Aşa este.
- Un izvor nesecat de putere.
- Acum de cred.
- Da?
- Da.
- De ce nu m-ai crezut mai înainte?
- Ştii cum se spune.
- Cum?
- Puterea exemplului mută munţii.
- Deci tu eşti ca Toma Necredinciosul.
- Toma Necredinciosul.
- Adică?
- Toţi apostolii L-au văzut pe Hristos înviat.
- Şi?
- Toma nu era acolo.
- Şi?
- A spus că el nu crede că Hristos a înviat până nu Îl va vedea.
- Da, cred că îmi aduc aminte.
- De acest episod?
- Da.
- Deci vezi rugăciunea este una care lucrează.
- Te cred.
- Trebuie să ne exersăm în rugăciune.
- Se poate?
- Da.
- Cum?
- Sunt rugăciuni pentru toate categoriile de oameni.
- Şi de vârste.
- Da.
- Acum să simt mai siguranţă aici pe mare.
- Foarte bine.

[125] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viața creștină* (Arad, 1929).

Tot despre rugăciunea pentru cei morţi teologul Ionul Bursuc spunea: „pornind de aici, nici o altă explicaţie sau justificare a rugăciunii pentru morţi nu este necesară şi nici chiar posibilă. O asemenea rugăciune nu poate fi decât expresia spontană a iubirii noastre unii pentru alţii. Dacă aici pe pământ ne rugăm unii pentru alţii, de ce n-am continua s-o facem şi după moartea celor dragi? A încetat oare existenţa lor ca să încetăm să mijlocim pentru ei? Vii sau morţi, suntem cu toţii membrii aceleiaşi familii, deci vii sau morţi, mijlocim mereu unii pentru alţii. În Hristos Cel înviat nu există despărţire între morţi şi vii; cum spune părintele Macarie Glukharev: „Suntem cu toţii vii în El şi în El nu mai există moarte.“ Moartea trupului nu poate desface legăturile de iubire şi de rugăciune reciprocă ce ne unesc într-un singur şi acelaşi Trup.”[126]

Frica de moarte ne îngrozeşte însă ceea ce trebuie să ştim este că totuşi în cer avem un Dumnezeu Tatăl care prin moarte ne aduce mai aproape de Sine. Este greu de crezut acest lucru când mergem la înmormântarea unui prieten sau chiar a unui membru al familiei noastre. După cum am spus trebuie să ştim că

- controlul,
- puterea
- şi atribuţiile

noastre sunt limitate.

Nu ştim data când vom murii fiindcă aceste lucruri sunt stabilite de Dumnezeu. Pentru acest lucru se cuvinte să avem mai multă încredere în Dumnezeu decât în calculele noastre.

Omul de azi deşi nu o spune se comportă de multe ori ca un mic demiurg. Ce este un demiurg? Demiurgul a fost numele dat de filosoful Platon Creatorului lumii.[127] Aceasta fiindcă omul de azi vrea să ştie că el este în control

- a toate
- şi a orice.

Ei bine acest lucru nu este adevărat. De ce? Fiindcă una sunt planurile noastre cu viaţa şi alta sunt planurile lui Dumnezeu. Evident că mai toţi dintre noi ne facem un anume plan în viaţă. Totuşi acest plan se poate să nu corespundă cu

- intenţiile
- şi dorinţele lui Dumnezeu.

Ceea ce trebuie să ştim este că Dumnezeu nu ne-a părăsit şi este cu noi chiar şi în momentul cumplit al morţii. Este greu de crezut acest lucru dar este o realitate.

Datoria noastră este să ne rugăm pentru cei morţi fiindcă după cum am spus rugăciunea trece peste moarte: „desigur, nu putem înţelege exact în ce fel îi ajută rugăciunea pe cei morţi. Dar nici când ne rugăm pentru cei vii nu putem să ne explicăm ajutorul mijlocirii noastre. Ştim însă din propria experienţă că rugăciunea pentru aproapele nostru este folositoare şi din acest motiv, continuăm s-o facem. Atât pentru vii, cât şi pentru morţi, rugăciunea de mijlocire lucrează într-o manieră ce ne rămâne ascunsă. Nu putem pătrunde interacţiunea exactă dintre actul rugăciunii, liberul arbitru al persoanei pentru care ne rugăm, harul şi preştiinţa lui Dumnezeu. Când ne rugăm pentru cei morţi, ne este suficient să ştim că iubirea lor pentru Dumnezeu continuă să crească şi că au nevoie de ajutorul nostru. Restul să-l lăsăm în mâna şi în grija lui Dumnezeu.”[128]

Omul modern se vrea unul emancipat ştiinţific şi tehnic. În acest sens sunt mai mulţi care vor să prelungească viaţa omului şi să o facă cât mai lungă. Ceea ce ei uită este că viaţa este în puterea lui Dumnezeu. Nu am putea să ne dăm singuri nici o oră de viaţă dacă acest lucru nu este voia lui Dumnezeu.

Rugăciunea este în cele din urmă ultima armă pe care o avem în faţa morţii şi a fricii de moarte. Ne rugăm şi parcă dintr-o dată ne liniştim şi putem să mergem mai departe cu viaţa noastră. Aceasta fiindcă ne dăm seama că totuşi Dumnezeu ne iubeşte. Mai mult decât atât, din primele zile creştinismul ortodox a susţinut credinţa în învierea morţilor. În Vechiul Testament ei bine prorocul Iezechil a avut o vedenie a unui câmp al oaselor goale peste care Dumnezeu l-a pus să profeţească. În mod minunat toate aceste oase goale au venit din nou la viaţă. Sunt mai multe

---

[126] Ionuţ Bursuc https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/rugaciunea-care-depaseste-hotarele-mortii-56371.html (accesat pe 28.09.2025).

[127] După Dicţionarul explicativ.

[128] Ionuţ Bursuc https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/rugaciunea-care-depaseste-hotarele-mortii-56371.html (accesat pe 28.09.2025).

momente în care Dumnezeu ne-a făcut să înţelegem că moartea veşnică nu va fi destinaţia ultimă a umanităţii. Biblia ne asigură că va venii un moment al învierii. Deşi nu ştim când va fi acel moment.

Că noi cei vii suntem în comuniune cu cei morţi ne-o spune tot teologul Ionuț Bursuc: „de credem cu adevărat că suntem în comuniune permanentă şi neîntreruptă cu cei morţi, trebuie să avem grijă să vorbim, pe cât posibil, la prezent şi nu la trecut despre ei. Să nu spunem „ne-am iubit", „mi-era drag", „eram fericiţi împreună", ci „ne iubim mereu - acum, ca întotdeauna", „mi-e mai drag ca oricând", „suntem atât de fericiţi împreună." Cunosc o doamnă, o rusoaică din comunitatea de la Oxford, care refuză categoric să fie considerată văduvă. Deşi soţul ei e mort de mai mulţi ani, nu încetează să spună: „Eu sunt soţia, nu văduva lui." Şi are dreptate."[129]

Evident că faptul că Dumnezeu veghează peste noi nu înseamnă că trebuie să ne dorim moartea cât mai repede. Sunt mai mulţi care de fapt ajung să concluzioneze că pentru ei viaţa a devenit

- insuportabilă,
- cruntă
- şi rea.

Aşa se nasc sinucigaşii. Ei sunt unii care merg de partea cealaltă a extremei şi chiar îşi doresc mai repede moartea. De ce? Fiindcă viaţa a ajuns să li se pară un chin. Este adevărat că viaţa poate să ne pună în mai multe ipostaze mai puţin plăcute. Totuşi acest lucru nu înseamnă că trebuie să dorim să murim. De mai multe ori viaţa poate lua turnuri neaşteptate. Sunt oameni care au fost săraci lipiţi pământului şi mai apoi viaţa s-a schimbat şi au devenit

- îndestulaţi
- şi bogaţi.

De ce? Fiindcă nefiind în controlul nostru ceea ce trebuie să ştim este că viaţa poate să fie plină de

- neprevăzut,
- surprize
- şi spontaneitate.

Iată de ce trebuie să trăim viaţa atât cât de mult ne-o dă Dumnezeu.[130]

Teologul Ionuț Bursuc ne spunea că trebuie să fie cu cei apropiaţi în relaţii bune fiindcă nu ştim când ei sau noi vom murii: „dacă învăţăm să vorbim astfel despre ei, adică la prezent, nu la trecut, putem rezolva mai bine o situaţie care, adesea, este izvor de neliniște pentru mulţi dintre oameni. Ni se întâmplă să amânăm cu uşurinţă pentru altă dată împăcarea cu cineva de care ne-am despărţit şi, astfel, poate sosi moartea înainte de a ne fi iertat unul pe altul. Atunci, cu amară remuşcare, suntem tentaţi să spunem: „prea târziu, nu mai e nimic de făcut." Dar ne înşelăm, căci nu este prea târziu. Chiar astăzi, întorcându-ne acasă, ne putem adresa în timpul rugăciunii de seară, direct celui plecat fără să ne fi împăcat. Să folosim aceleaşi cuvinte pe care le-am fi folosit dacă era viu şi prezent în faţa noastră, să-i cerem iertare şi să-l asigurăm că-l iubim. Şi, începând din acest moment, relaţia noastră se va schimba. Fără să-i vedem faţa şi să-i auzim răspunsul, fără să ştim cum ajung la el cuvintele noastre, vom simţi în inimă că ne-am despărţit altfel. Niciodată nu e prea târziu pentru a lua ceva de la început."[131]

Că sinuciderea este un lucru care ne vine de la diavol ne-o spune o poveste cu un copil mai mic care se juca odată prosteşte. A agăţat de o grindă o funie şi a voit să imite un sinucigaș. După ce şi-a pus funia la gât a putut vedea din senin o fiinţă negricioasă care a venit şi îl ţinea strâns acolo. Copilul a început să urle cu mare greutate. A venit mama lui şi atunci fiinţa negricioasă care îl asfixia pe tânăr a dispărut ca prin minune. El i-a spus mamei sale ce s-a întâmplat şi ea i-a dat o lecţie de viaţă bună să nu se mai joace jocuri nebuneşti.

Ei bine diavolul poate să îl aducă pe om la sinucidere. Aceasta dacă fără de rugăciune omul a dat loc diavolului în inima lui. Trebuie să ştim că sunt şi oameni care dau loc diavolului în inima lor:

- patimi,
- răutăţi,
- păcate,
- ură,
- crimă
- sau război

[129]Ionuţ Bursuc https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/rugaciunea-care-depaseste-hotarele-mortii-56371.html (accesat pe 28.09.2025).
[130] A se vedea John Breck, *Darul sacru al vieţii* (Cluj-Napoca, 2001).
[131]Ionuţ Bursuc https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/rugaciunea-care-depaseste-hotarele-mortii-56371.html (accesat pe 28.09.2025).

sunt cu toate lucruri prin care îl lăsăm pe diavol să intre în noi. Ştim că Hitler s-a sinucis. Răutatea lui a fost atât de mare că a fost cuprins de diavol total.

Iată ce spunea despre credinţa în înviere tot teologul Ionuţ Bursuc: „mai rămâne problema învierii trupurilor, deseori pusă, dar imposibil de rezolvat pentru stadiul actual al cunoaşterii noastre. Am spus că persoana umană a fost creată la origine de Dumnezeu ca o entitate indivizibilă între trup şi suflet şi că aşteptăm, dincolo de separarea vremelnică, prin moarte, reunificarea din ziua de apoi. Antropologia holistică ne conduce nu numai la o simplă credinţă în nemurirea sufletului, ci la aceea că vom învia cu trupul. Trupul este parte integrantă a persoanei umane depline, deci o nemurire autentic personală, trebuie să implice şi trupul şi sufletul, în acest caz, ce legătură este între trupul nostru actual şi cel din veacul viitor? La înviere, vom avea trupul de acum sau unul nou?”[132]

Doi filosofi discutau într-o zi.

- Ştii ce?
- Ce?
- Toţi murim.
- Aşa este.
- Ce este de făcut?
- Îţi spun eu ce este de făcut.
- Ce?
- Rugăciune.
- Rugăciune?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă ajută.
- La ce?
- Rugăciunea poate elimina frica de moarte.
- Crezi?
- Da.
- Nu ştiu ce să spun.
- Nu eşti credincios?
- Ba sunt.
- Şi atunci?
- Pare simplu.
- Aşa şi este.
- Crezi?
- Da.
- Poate ai dreptate.
- Sigur că am.
- Mie totuşi îmi este frică de moarte.
- Să îţi fie frică mai mult de diavol.
- De ce?
- Fiindcă el poate duce sufletul tău în iad.
- Am auzit acest lucru.
- Şi este foarte adevărat.
- Şi tu crezi că rugăciunea te poate ferii de iad?
- Da.
- Cum?
- Ştii de cine îmi aminteşti tu?
- Nu.
- De un caz din antichitate.

[132] Ionuţ Bursuc https://ziarullumina.ro/opinii/repere-si-idei/rugaciunea-care-depaseste-hotarele-mortii-56371.html (accesat pe 28.09.2025).

- Ce caz?
- Un filosof din anticitate era atât de sărac.
- Rar vezi filosofi bogaţi.
- Aşa era de sărac acest filosof că nu avea cu ce să se încalţe.
- Vai de mine.
- Odată se duse la templu spre a se plânge zeilor de necazul său.
- Da în antichitate oamenii credeau în zei.
- Aşa este.
- Şi?
- Dar la intrarea în templu văzu un cerşetor, care nu avea nici picioare.
- Şi?
- Atunci filosoful mulţumim lui Dumnezeu pentru membrele lui sănătoase.[133]
- Ce întoarcerea bruscă de situaţie.
- Aşa este.
- De multe ori ne dăm seama de binele pe care îl avem numai raportându-ne la alţii?
- Da.
- Bine de ştiut.
- Aşa este.
- Deci tu spui că tot ceea ce mai avem în faţa morţii este rugăciunea?
- Da.
- Şi funcţionează?
- Da.
- Cum?
- Sunt mai multe cazuri de sfinţi care s-au rugat în faţa morţii şi au plecat din această viaţă împăcaţi.
- Am mai auzit acest lucru.
- Şi este adevărat.
- Te cred.
- Deci rugăciunea poate să facă diferenţa dintre viaţă şi moarte.
- În ce sens?
- Ştii că Sfânta Monica a fost mama lui Augustin.
- Da.
- Augustin a început să umble pe cărări străine de Dumnezeu.
- Şi?
- Monica mama lui nu a deznădăjduit de fiul ei.
- Şi?
- S-a rugat constant pentru el.
- Ştiu.
- În cele din urmă Augustin a venit pe calea cea bună.
- Frumos.
- Şi ce a spus atunci Sfântul Ambrozie al Milanului?
- Ce?
- Nu putea să piară fiul atâtor rugăciuni.
- Dacă nu mă înşel în cele din urmă Augustin a devenit episcop nu?
- Da.
- La Hippo?
- Da.
- Vezi că ştiu.
- Frumos.
- Aşa este.

[133] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

Un părinte Nikos de la Muntele Athos ne spune că faţă de diavol rugăciunea este o armă nucleară. Adică îi provoacă multă pagubă. Cum? Fiindcă prin rugăciune omul se smereşte în faţa lui Dumnezeu. „Noi spunem: Doamne Iisuse Hristoase, miluieşte-mă! Milostenie cine cere? Un cerşetor. Cu alte cuvinte, te smereşti! L-ai ars pe diavol! De aceea noi stăruim în rugăciunea inimii. Nu are nici o valoare dacă ne facem semnul Sfintei Cruci, iar noi avem înlăuntrul inimii noastre pe diavol. Nu ne mântuieşte, este nefolositor. Important este să avem în mintea noastră numele lui Hristos. Este armă nucleară, iar aceasta o veţi vedea în practică."[134]

CAPITOLUL 6

DE CE MULTE DINTRE TERAPIILE PSIHOLOGICE EŞUIAZĂ? FIINDCĂ NU RECUNOSC NEVOIA DE RUGĂCIUNE

Începând cu iluminiştii[135] între ştiinţă şi religie s-a ajuns de sa creat un hiat. De ce? Fiindcă ei au fost cei care au susţinut că nu există nici un fel de legătură dintre raţiune şi credinţă şi trebuie să fie crezut numai ceea ce este

- raţional
- şi ceea ce poate fi dovedit pe baze raţionale.

Această tendinţă a ajuns să fie amplificată în secolul XX de secularism în care se susţine că Dumnezeu şi societatea trebuie să meargă pe căi diferite.

Iluminismul şi secularismul sunt unele care au afectat – şi continuă să o facă – legătura dintre religie şi psihologie şi psihanaliză. În acest sens sunt mulţi psihologi şi psihoterapeuţi care susţin că omul se poate

- vindeca
- şi tămăduii

pe care ştiinţifică. Calea mistică – calea rugăciunii – sunt cu totul irelevante pentru ei şi nu au nici un sens şi rost.

Că rugăciunea are un rol important în tămăduirea sufletului ne-o spune teologul ortodox Jean Claude Larchet: "rugăciunea, fiind pricinuitoarea primirii depline a harului, este prin aceasta pricinuitoarea tămăduirii omului şi a întoarcerii sale întru sănătate.

Prin ea, omul I se adresează lui Hristos – Doctorul sufletelor şi al trupurilor noastre, pentru a primi de la El vindecarea de toată răutatea. Numai Dumnezeu singur este ajutorul şi sprijinitorul său. „Ştim – spune Sfântul Varsanufie –, că cei bolnavi au nevoie totdeauna de doctor şi de leacurile de la el (...) De aceea şi prorocul strigă, zicând: «Doamne, scăpare Te-ai făcut nouă în neam şi în neam». Iar dacă El este scăparea noastră, să ne aducem aminte că zice: «Cheamă-Mă pe Mine în ziua necazului tău, şi te voi izbăvi»".

Ca răspuns la rugăciunea sa, omul primeşte de la Hristos leacurile potrivit stării sale şi izbăvirea de boală. De aceea, nu este de mirare că Sfinţii Părinţi socotesc rugăciunea ca lin leac deosebit de puternic şi folositor. „Rugăciunea este doctorie", scrie Sfântul Ioan Gură de Aur şi încă: „Rugăciunea este leacul mântuirii"; „este izbăvirea noastră, doctoria sufletului şi leac pentru relele lui"; „puterea rugăciunii (...) vindecă bolile"."[136]

Prin urmare este bine să ştim şi să ne dăm seama de tot ceea ce înseamnă rugăciunea în zilele noastre când sunt mulţi care nu vor să ştie de ea şi care nu îi văd nici un rost.

Ceea ce ne spune tradiţia creştin ortodoxă este că de mai multe ori sufletul este atacat de demoni. Acest lucru se manifestă prin mai multe lucruri:

- stări nejustificate de panică,
- o neliniște continuă,
- o stare de stres ce nu poate fi exprimată,
- groază în faţa ideii morţii,
- frică de ziua de mâine

---

134 https://doxologia.ro/rugaciunea-inimii-nu-este-o-simpla-arma-impotriva-diavolului-fiti-atenti-este-arma-nucleara (accesat pe 12.02.2026).

135 https://ro.wikipedia.org/wiki/Iluminism (accesat pe 13.02.2026).

136 Jean Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, tradusă de Mihaela Bojin, Editura Sophia, Bucureşti, 2001, p. 305 apud https://doxologia.ro/rugaciunea-este-leac-tamaduitor (accesat pe 29.09.2025).

- atacuri de spaimă fără nici o explicaţie.

Că Dumnezeu a menit sufletul pentru viaţă şi pentru învierea ne-o spunea episcopul Kallistos Ware: "poate că cel mai bun răspuns este acesta: va fi, deodată, acesta şi altul. Uneori, creştinii înţeleg în mod simplist şi îngust învierea trupului. Mulţi îşi imaginează că elementele materiale care alcătuiesc trupul actual, desfăcute şi dispersate prin moarte, vor fi readunate într-un fel sau altul în ziua Judecăţii de apoi, trupul înviat conţinând aceleaşi microelemente materiale ca înainte. Dar continuitatea dintre trupul actual şi cel înviat nu necesită neapărat o viziune atât de literală a lucrurilor. Sfântul Grigorie de Nyssa, de exemplu, în Facerea omului şi Sufletul şi învierea propune o abordare mai avizată şi mai inventivă. Pentru el, sufletul este cel care conferă trupului o formă distinctă (eidos); el imprimă trupului o amprentă sau o pecete specială. Impusă nu din exterior, ci din interior. Prin această pecete exprimă trupul caracterul sau starea spirituală lăuntrică a persoanei. De-a lungul vieţii pământeşti, componentele fizice ale trupului ni se schimbă de mai multe ori, dar, în măsura în care forma imprimată de suflet are o continuitate care nu este afectată de aceste alterări fizice, putem spune, într-adevăr, că „trupul nostru rămâne acelaşi". Adevărata continuitate trupească se datorează continuităţii formei, dată de suflet. Cum spune şi C. S. Lewis: „Am mereu aceeaşi formă, deşi materia din care sunt făcut se schimbă permanent. Sunt, în această privinţă, ca şuvoiul unei cascade."[137]

Prin urmare sufletul poate să fie mult mai uşor vindecat de bolile sale

- psihologice
- şi lăuntrice

prin rugăciune.

De ce? Fiindcă după cum am spus rugăciunea este o recentrare a lui spre

- esenţial,
- axiologic
- şi ceea ce este cu adevărat important.[138]

Sunt mai mulţi psihologi şi psihoterapeuţi care evident că neagă că sufletul poate să se vindece prin rugăciune fiindcă ei sunt unii care tratează sufletul numai prin rigorile ştiinţei.

Este adevărat că ştiinţa este una care de cele mai multe ori nu ajunge la concluziile religiei. De ce? Fiindcă este bine să ştim că ştiinţa nu prea crede în supranatural. Ei bine religia o face fiindcă ştie că Dumnezeu este supranatural. Acest lucru nu înseamnă că nu mai avem nevoie de psihologie să vindecă m sufletul. Dumnezeu a lăsat psihologia fiindcă El a creat sufletul.

Sunt mai multe lucruri pe care psihologia din zilele noastre nu ne prea asimilează cu privire la suflet. Unul dintre ele este nemurirea sufletului. Deşi cei mai mulţi psihologi sunt cât se poate de conştienţi că sufletul este o realitate nemuritoare ceea ce trebuie să ştim este că cei mai mulţi nu ştiu ce se întâmplă cu sufletul după moarte. Creştinismul ortodox este cât se poate de sigur în acest sens:

- raiul
- sau iadul

sunt destinaţiile ultime ale sufletului după moarte trupului.

Ei bine cele mai multe tehnici şi tratamente psihologice ale vindecării sufletului sunt unele care eşuează tocmai fiindcă în zilele noastre sunt mai mulţi psihologi care vor să pună bazele unei psihologii

- areligioase,
- fără mistică,
- fără transcendent
- şi fără credinţa în nemurirea sufletului.

Trebuie să ştim aceste lucruri fiindcă în cele din urmă sufletul este un lucru care ne priveşte pe toţi fiindcă cu toţii avem unul.

"La învierea de obşte, continuă Sfântul Grigorie de Nyssa, sufletul va imprima trupului înviat aceeaşi pecete pe care a avut-o în această viaţă. Nu este nevoie să fie readunate aceleaşi fragmente. Este suficient să fie aceiaşi pecete

[137] Texte selectate din Kallistos Ware, *Împărăția lăuntrică,* (Editura Christiana, Bucureşti, 1993).

[138] A se vedea Alexandru Paleologu, *Despre lucrurile cu adevărat importante* (Iaşi, 1998).

ca să fie acelaşi trup. Între trupul nostru prezent şi cel înviat va fi cu adevărat, o reală continuitate, dar nu trebuie s-o interpretăm prea naiv, materialist."[139]

În popor există o vorbă despre oamenii răi care spune este un om fără suflet. Omul fără suflet este un despot şi un om crud care nu are nici un fel de

- sensibilitate,
- tandreţe
- şi delicateţe

în sine.

Ei bine omul fără suflet de mai multe ori a ajuns să se înscrie în mai multe ideologii politice dintre care în secolul al XX-lea cele mai vocale au fost nazismul şi comunismul.

Societatea din zilele noastre adevărul este că de mai multe ori ajunge să îl considere pe om mai mult ca o entitate biologică care este redusă la instinctele lui:

- a mânca,
- a bea,
- a avea cât mai multe relaţii intime,
- a adune cât mai mulţi bani şi bunuri materiale

ei bine sunt cu toate lucruri care sunt adevărata definiţie a omului contemporan.

Acest om nu are nevoie de un suflet care este o grijă în plus. Aşa se face în zilele noastre s-au născut mai multe ideologii sociale şi filosofice în care sufletul este complet eliminat. Dintre cele mai cunoscute sunt

- materialismul,
- consumismul
- şi neo-hedonismul.

Psihologia este o ştiinţă nobilă mai ales dacă ajunge să abordeze sufletul şi pe temeiuri religioase. Religia ajută mult sufletul şi acest lucru cel mai bine îl face prin rugăciune.

Sunt din ce în ce mai mulţi în zilele noastre care ajung să experimenteze *pacea sufletească* care vine prin rugăciune sau mersul regulat la biserică.

Este adevărat că sunt mulţi care se plictisesc în biserică. Aceasta fiindcă Biserica Ortodoxă are un ritual exact şi care este aproape repetitiv. Acest lucru fiindcă este bine să ştim că ortodoxia vrea să îl introducă pe om într-o altă realitate şi o nouă dimensiune. Este dimensiunea cerului care de cele mai multe ori merge paralel cu lumea căzută în păcat din jurul nostru.[140]

„În procesul vindecării omului sufleteşte şi trupeşte, în calea vindecării supreme, a mântuirii un rol foarte important îl are şi rugăciunea, personală sau comunitară. „Rugăciunea este începutul oricărui bine şi pricina mântuirii şi a vieţii veşnice". Cine se dispensează de rugăciune pierde ajutorul lui Dumnezeu şi mintea lui rămâne întunecată, iar viaţa lui este o permanentă rătăcire. Iisus ne îndeamnă: „Cereţi şi vi se va da, bateţi şi vi se va deschide" iată calea de a însuşi harul şi mila lui Dumnezeu, calea de a căpăta lumina cea adevărată, cunoştinţa cea sigură şi nefalsificată. Iisus adaugă: „Rugaţi-vă neîncetat". Sfântul Efrem ne spune: „Rugăciunea este paznicul modestiei, frâul furiei, leacul împotriva urii, reprimarea orgoliului, consolarea suferinţelor, încrederea în rezolvarea tuturor greutăţilor."[141]

Vindecarea sufletului de

- nevroze
- şi anxietatea

este un lucru care poate să fie făcut şi pe cale ştiinţifică însă se pare că pe termen lung aceste tratamente eşuează. De ce? Fiindcă este bine să ştim că sufletul are nevoie de Dumnezeu cu care tânjeşte să fie în comuniune. Fericitul Augustin spunea în acest sens: "neliniştit este sufletul meu Doamne, până nu se va odihnii întru Tine."[142]

---

139 Texte selectate din Kallistos Ware, *Împărăţia lăuntrică*, (Editura Christiana, Bucureşti, 1993).

140 A se vedea Radu Teodorescu, *Sufletul între îngeri şi demoni* (Cugir, 2023).

141 https://doxologia.ro/rugaciunea-personala-ca-medicament-alinare-impotriva-bolii (accesat pe 28.09.2025).

142 Fericitul Augustin, *Mărturisiri*, traducere de Pr. Prof. Nicolae Barbu, în „Părinţi şi Scriitori Bisericeşti", vol. 64, Editura Institutului Biblic şi de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, (Bucureşti, 1985), p. 63.

Sufletul omului modern ajunge de multe ori să îşi piardă echilibrul fiindcă am ajuns să trăim într-o societate ultra-informatizată. Este această societate care ajunge ca efectiv să ne bombardeze cu informaţii. Unele informaţii ne sunt ultile în timp ce altele nu.

De ce? Fiindcă omul este o fiinţă curioasă prin sine dar uită de limitele curiozităţii. Buletinele de ştiri ne spune că de multe ori de catastrofe şi tragedii de pe toate meridianele lumii ca şi cum noi nu ştim în ce lume decăzută trăim.

„Răspunsul lui Dumnezeu la rugăciunile noastre nu depinde de mulţimea cuvintelor noastre, ci de curăţia gândului şi a inimii noastre. Cel ce se roagă să nu spună cuvinte fără rost. Atât Mântuitorul cât şi Apostolul Pavel ne îndeamnă să ne rugăm des, cu rugăciune scurtă şi cu mici pauze, pentru că lungind rugăciunea ne putem pierde atenţia, dând astfel ocazia diavolului să se apropie de noi şi să ne umple mintea cu gânduri de la el. Dacă ne rugăm cu rugăciuni scurte şi dese, este mai uşor să ne concentrăm atenţia şi să ne îndreptăm gândul spre Dumnezeu. Rugăciunea este pricină de mântuire, pricină pentru nemurirea sufletului; este zid tare al Bisericii, pavăză neclintită, înfricoşătoare dracilor, iar nouă, celor dreptcredincioşi, mântuitoare."[143]

După cum am spus fondul generic psihologic al lumii noastre este unul problematic. Aceasta fiindcă am ajuns să trăim într-o lume al cărei *brand este criza*. Crizele în societatea noastră sunt de mai multe forme:

- economice,
- politice,
- sociale,
- culturale,
- ştiinţifice,
- antropologice
- sau filosofice.

În mas media permanent ni se prezintă o situaţie de criză. Aceasta fiindcă în acest mod se face rating fiindcă cetăţenii sunt chemaţi să ia atitudine şi să nu fie pasivi faţă de problemele din ţara lor.

Crizele sunt unele care trebuie să ştim că ajunge să ne afecteze sufletul şi uneori o fac destul de rău. Pe Wall Street New York când vine o criză sunt mai mulţi care se sinucid fiindcă nu pot să accepte să au pierdut sume mari de bani. De ce? Fiindcă banul este dumnezeul lor (Mamona).

Criza după cum ştim ajunge să fie exploatată în mas media care prezintă această lume asemenea unui tren fără mecanic ce în curând va deraia. Toate aceste lucruri ca şi cum nu ai exista un Dumnezeu acolo sunt care guvernează lumea. Aşa se face că în zilele noastre criza a devenit

- o fobie,
- o manie,
- o psihoză
- şi o nevroză.[144]

„Iisus ne învaţă să nu ne temem de moarte, căci rugăciunea continuă este arma sigură împotriva ei. Făgăduiala lui Dumnezeu este sinceră, adevărată, este însuşi testamentul lui Iisus în clipa morţii pe cruce în faţa ucenicilor Lui. Iisus a rămas acelaşi, constant în toate timpurile: „Cerul şi pământul vor pieri, dar cuvintele Mele nu vor pieri". Deci sunt promisiunile Lui făcute tuturor oamenilor: orice om are dreptul să ceară şi să fie ascultat, şi orice va cere, dacă va fi spre mântuirea lui, i se va da lui."[145]

La fel de bine sunt mai mulţi psihologi şi psihoterapeuţi care sunt cât se poate de deschişi faţă de religie dar nu spre creştinism. În acest sens sunt mai multe curente psihologice moderne care susţin

- yoga,
- Meditaţia Transcedentală,[146]
- New Age-ul,
- şamanismul,
- totemismul modern

[143] https://doxologia.ro/rugaciunea-personala-ca-medicament-alinare-impotriva-bolii (accesat pe 28.09.2025).
[144] A se vedea Radu Teodoresu, *Cum să depăşim crizele din viaţa noastră? Îndrumări şi încurajări duhovniceşti* (Cugir, 2025).
[145] https://doxologia.ro/rugaciunea-personala-ca-medicament-alinare-impotriva-bolii (accesat pe 28.09.2025).
[146] A se vedea Doina Jela, *Afacerea Meditaţia transcedentală* (Bucureşti, 2004).

- sau alte practici oculte.

Ceea ce este bine să ştim este că trebuie să ne dăm seama că sunt mai multe aşa zise curente religioase care sunt extrem de atrctive ca oferă. Guru român Gregorian Bivolaru care a fost condamnat pentru pornografie infantilă trebuie să ştim că era cât se poate de *manierat* în a îşi face atractivă şcoala sa hindusă. Ştim că mişcarea fondată de el se numea MISA, adică Mişcarea pentru Integrarea în Absolut. În cele din urmă ce tânăr vulnerabil emoţional şi sentimental nu ar dorii să se integreze în absolut nu?[147]

„Din învăţătura Sfântului Vasile cel Mare cât şi a Sfântului Isaac Sirul constatăm că există şi o rugăciune prin fapte, prin activitate, când omul lucrează cu mintea, sau cu gura, sau cu trupul, sau cu orice fel de faptă bună spre slava şi plăcerea lui Dumnezeu. Toate aceste fapte bune amintite mai sus se considera mai mult rugăciune din afară şi mai puţin dinăuntru, prin care omul slăveşte cu mintea şi cu inima pe Dumnezeu şi cu care cei mai râvnitori şi iubitori de Dumnezeu se silesc spre a ajunge să se unească mai strâns şi desăvârşit cu El. Sfântul Serafim de Sarov, arătând că în lucrarea faptelor bune din afară intră şi rugăciunea vorbită, spune: „Calea vieţii celei lucrătoare o alcătuieşte postul, înfrânarea, privegherea, îngenuncherea, rugăciunea gurii şi celelalte nevoinţe trupeşti. Acestea alcătuiesc calea cea strâmtă şi cu scârbe care, după cuvântul lui Dumnezeu, duc pe om la viaţa veşnică”.[148]

Doi cercetători ştiinţifici discutau într-o zi.

- Ştii ce?
- Se poate spune că omul este o fiinţă perfectabilă?
- Dacă te referi la relaţia cu Dumnezeu da.
- Eu nu înțeleg un lucru.
- Care?
- Omul ajunge să aibă afecțiuni sufleteşti.
- Da.
- Fiindcă interacţionează cu lumea din jur.
- Da.
- Şi atunci de ce nu intervine Dumnezeu?
- Intervine
- Cum?
- Prin psihoterapeuți.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă şi ei pot face lucrarea lui Dumnezeu.
- Oare?
- Da.
- Cum?
- Dumnezeu ne-a lăsat pe noi oamenii să ne ajutăm unii pe alţii.
- De ce?
- Ca să facem o lume m ai bună.
- Crezi?
- Da.
- Dar de ce nu intervine El în persoană.
- Intervine.
- Cum?
- Pe căi pe care noi nu le ştim.
- Cum ar fi?
- Eşti tare insistent.
- Mă preocupă acest subiect.

[147] https://ro.wikipedia.org/wiki/Mi%C8%99carea_de_Integrare_Spiritual%C4%83_%C3%AEn_Absolut (accesat pe 13.02.2026).
[148] https://doxologia.ro/rugaciunea-personala-ca-medicament-alinare-impotriva-bolii (accesat pe 28.09.2025).

- Mi-am dat seama.
- Mă bucur.
- O să îţi spun o întâmplare adevărată.
- Despre cum intervine Dumnezeu?
- Da.
- Ascult.
- Un om era foarte chinuit de podagră.
- Podagră?
- Da.
- Acea boală care este o "gută localizată la membrele inferioare, afectând îndeosebi degetul mare al piciorului?"[149]
- Da.
- Şi?
- Ca să-şi revină plecă la munte şi eu ocazia unei plimbări prin pădure fu atacat de tâlhari şi luat prizonier.
- Nu se poate.
- Ba da.
- Şi?
- Omul a ajuns în culmea disperării.
- Îmi dau seama.
- Se gândea că el nu numai că este bolnav dar la fel de bine acum a ajuns şi prizonier.
- Şi?
- Aici fu închis şi ţinut numai cu pâine şi apă.
- Cred.
- Ei bine poliţia a venit.
- Şi?
- Când ai săi au izbutit să-l scape, îl aflară pe deplin vindecat de chinurile bolii.
- Cum?
- Prin regimul aspru — prescris de nevoie — se vindecă.[150]
- Nu îmi vine să cred.
- Ţi-am mai spus.
- Ce?
- Este o poveste adevărată.
- Te cred.
- Deci vezi?
- Ce?
- Dumnezeu lucrează pe căi nebănuite.
- Am mai auzit acest lucru.
- Da?
- Da.
- Cine l-a spus?
- Sfântul Pavel.
- Ce spunea el?
- "O, adâncul bogăţiei şi al înţelepciunii şi al ştiinţei lui Dumnezeu! Cât sunt de necercetate judecăţile Lui şi cât sunt de nepătrunse căile Lui!"
- Unde spune acest lucru?
- În Romani 11, 33.
- Frumos.
- Aşa este.

[149] După Dicţionarul explicativ.
[150] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

- M-a impresionat această poveste foarte mult.
- Mă bucur.
- Trebuie să fiu mai cu luare aminte.
- De ce?
- Fiindcă sunt sigur că Dumnezeu lucrează şi în viaţa mea.

„Când Iisus spune: „Tot ce veţi cere în numele Meu, Tatălui, veţi primi". El se referă în primul rând la lucrurile spirituale, la viaţa sufletului pentru care de fapt a venit în mijlocul oamenilor. Şi tot El spune cu alt prilej: „Căutaţi Împărăţia lui Dumnezeu". Deci aceasta trebuie să cerem în rugăciunea noastră. Cât priveşte lucrurile şi bunurile materiale, le putem cere atât timp cât ele nu ne împiedică la cucerirea Împărăţiei. Oamenii ar trebui sa mulţumească lui Dumnezeu pentru orice şi pentru toate, fie durere şi boală, fie binefacere şi prosperitate şi tot ceea ce primesc sa pună în slujba Domnului, să spună ca Iov: „Domnul a dat, Domnul a luat, fie numele Lui binecuvântat!" „Şi toate celelalte se vor adaugă vouă…celor ce căutaţi mai întâi Împărăţia lui Dumnezeu", ne încredinţează Iisus. Accesoriile vieţii acesteia, ca: sănătatea, averea, ştiinţa, talentele, nu pot fi decât mijloace pentru a câştiga lumina spirituală şi fericirea veşnică, iar nu scopuri în sine. Să cerem ca Dumnezeu sa înmoaie inimile împietrite şi să ne inspire mijloace ingenioase de a îmblânzi pe cei vicioşi şi răi. Să cerem ca inima noastră să fie mereu flămândă şi însetată de Hristos, de pâinea cea divină şi dătătoare de viaţă. „Eu sunt pâinea vieţii; cel ce vine la Mine nu va flămânzi şi cel ce va crede în Mine nu va înseta niciodată". (Ioan 6, 35)."[151]

Evident că sunt mulţi psihologi care recunosc numai formal nevoia de rugăciunea în viaţa unui bolnav sufleteşte. Este bine să ştim că bolile sufleteşti pot să fie la fel de letale ca cele trupeşti. De ce? Fiindcă sufletul este unul care şi el poate provoca dureri mari.

Că de multe ori bolile trupeşti pot să fie vindecată de rugăciune ne-o spune o poveste mai puţin cunoscută din Grecia din timpul ocupaţei turceşti. La Sfântul Cosma Etolianul a venit un părinte cu o boală pe care nici un medic din Grecia nu a putut să o vindece.

- Părinte Cosma aţi putea să mă ajutaţi?
- Cu ce fiul meu?
- Fiul meu este bolnav.
- Înțeleg.
- Nici un medic nu a putut să îl vindece.
- Știi ce?
- Ce?
- Tu mergi la biserică?
- Din când în când.
- Deci nu mergi regulat?
- Nu, trebuie să recunosc.
- Dacă vrei ca fiul tău să se însănătoşească va trebuii să începi să mergi regulat la biserică.
- Fac orice ca să îmi văd fiul vindecat.
- Bine.

Ei bine tatăl a început să meargă regulat la biserică duminică de duminică. În vreo 2 sau 3 luni fiul lui s-a vindecat.[152]

„Părintele Arhimandrit Sofronie Saharov vorbeşte despre puterea eliberatoare a rugăciunii: „Omul de rugăciune priveşte mediul înconjurător într-o altă lumină. Iubirea de Dumnezeu slobozeşte sufletul nostru de pre-siunile din afară. Singurul imperativ este acela de a păstra această legătură iubitoare cu Dumnezeu. Nu ne va păsa de ceea ce cred despre noi oamenii sau de felul în care ne tratează. Îi vom iubi pe semenii noştri fară să ne mai întrebăm dacă şi ei ne iubesc pe noi. Hristos ne-a dat poruncă de a ne iubi unii pe alţii, dar n-a făcut o condiţie a mântuirii din faptul ca şi ei să ne iubească. Singura noastră grijă va fi aceea de a stărui în cuvântul lui Hristos şi de a nu mai sluji păcatului".[153]

---

[151] https://doxologia.ro/rugaciunea-personala-ca-medicament-alinare-impotriva-bolii (accesat pe 28.09.2025).
[152] A se vedea Constantin V. Triandafillu, *Sfântul Cosma Etolianul*, *Viața și învățăturile* (Bucureşti, 2010).
[153] https://doxologia.ro/rugaciunea-personala-ca-medicament-alinare-impotriva-bolii (accesat pe 28.09.2025).

Ceea ce trebuie să ştim că este că cele mai multe sisteme de vindecare din zilele noastre nu au noţiunea de păcat. Aceasta fiindcă după cum am spus nu se crede că păcatul poate să afecteze sănătatea sufletească a omului contemporan.

S-a spus de mai mulţi teologi creştin ortodocşi că trebuie să ne dăm seama că păcatul este *o schismă între Dumnezeu şi om.* De ce? Fiindcă omul este liberă să aibă sau să respingă comuniunea cu Dumnezeu. Păcatul este unul care face comuniunea cu Dumnezeu nulă. De ce? Fiindcă el este mai mult decât orice o rupere de Dumnezeu. Păcatul merge de cele mai multe ori pe criterii care sunt cât se poate de separate de Dumnezeu

- lăcomie,
- voluptate,
- egoism,
- individualism
- violenţă
- sau megalomanie etc.

„Mântuirea este scopul nostru şi respectiv scopul rugăciunii noastre, aşa cum spune şi Părintele Paisie Olaru: „Folosul rugăciunii este împlinirea scopului ei, adică iertarea păcatelor şi mântuirea sufletului, indiferent că o facem cu gura, prin cuvânt, cu mintea sau cu inima. Fiecare cum îl îndeamnă cugetul, duhul şi duhovnicul, aşa să se roage. Numai să nu piardă mântuirea. Acea rugăciune este mai de folos care izvorăşte lacrimi de umilinţă, care ne ajută să părăsim păcatele şi să creştem în dra-goste, în smerenie şi în credinţă. Fiecare să se roage cu rugăciunea care îl ajută să sporească mai mult în fapte bune şi pocăinţă".[154]

De mai multe ori trebuie să ştim că relaţia dintre psihoterapeut şi pacient este mai mult un fel de joacă de şoarecele şi pisica. De ce? Fiindcă psihologii de azi nu prea sunt interesaţi de care este relaţia pacienţilor lor cu Dumnezeu. Ceea ce îi interesează pe ei este mai mult

- dovada ştiinţifică,
- faptele empirice
- şi lucrurile concrete.

Este evident că o persoană care nu este religioasă nici nu se va ruga. Ea va căuta să se vindece de mai multe probleme care vin asupra ei prin

- ştiinţă
- şi cunoaştere exactă

fără de nici un fel de rugăciune.[155]

Evident că noi nu avem credinţa sfinţilor ca să ne vindecăm miraculos atunci când suntem afectaţi. Totuşi, ceea ce trebuie să ştim este că dacă voim ne putem vindeca. Aceasta fiindcă de multe ori afecţiunile sufleteşti sunt numai simple accidente în viaţa noastră.

"În demersul nostru terapeutic, am pornit de la o privire sănătoasă asupra simţirii pentru a nu mai fi condamnată împreună cu păcatul a cărui victimă este de fapt. Şi acest lucru este posibil printr-o „liturghie lăuntrică" de vindecare, de purificare de patimi, în care simţirea, aşa cum este în fiecare persoană, în momentul respectiv (şi scopul final este să facem din toată viaţa noastră o liturghie lăuntrică) este adusă ca „jertfă vie", prin raţiunea purificată de rugăciune, minţii conectate la Dumnezeu prin atenţie trează şi iubitoare.

Această „Liturghie", ca lucrare concretă în terapia pe care-o practicăm, respectă modelul Sfintei Liturghii Euharistice şi cuprinde două dimensiuni: liturghia propriu-zisă, într-un timp şi un spaţiu anume şi după o anumită rânduială, şi o liturghie de „după liturghie" ca prelungire în cotidian a lucrării de conştientizare, asumare şi oferire lui Dumnezeu spre vindecare a întregii noastre vieţi rănite de păcat şi de patimi. „Prescura" acestor liturghii este chiar viaţa noastră adunată în ceea ce simţim clipă de clipă."[156]

Este bine să ştim că în nici un caz creştinismul nu neagă

---

[154] https://doxologia.ro/rugaciunea-personala-ca-medicament-alinare-impotriva-bolii (accesat pe 28.09.2025).

[155] A se vedea Lavinia Bârlogeanu, *Rătăciți în labirint. Chipuri ale bântuirii și mântuirii în procesul terapeutic* (Bucureşti, 2023).

[156] Fragment din articolul „Mai e posibilă terapia practicată de sfinți?" al monahiei Siluana Vlad apud https://ziarullumina.ro/regionale/moldova/de-la-dimensiunea-psihologica-la-cea-duhovniceasca-a-vietii-146070.html (accesat pe 13.02.2026).

- rolul
- şi ajutorul

la mai multe practici de vindecare psihologică deci în special

- psihologia,
- psihiatria
- şi psihanaliza.

Aceasta fiindcă acestea au fost lăsate de Dumnezeu şi sunt unele care evident că ajung să ne ajuta atunci când avem nevoie de ele. Totuşi, la fel de bine trebuie să ştim că rugăciunea are o mare putere terapeutică asupra sufletului. Acest lucru din nefericire este din ce în ce mai contestat în zilele noastre de cei care cred că terapia este o chestiune strict

- ştiinţifică,
- empirică
- şi metodologică.

Tot maica Siluana Vlad spunea în acest sens: "liturghia lăuntrică propriu-zisă presupune mai întâi o etapă pregătitoare

Aceasta începe cu o aşezare într-un loc liniştit, de preferat în faţa unei icoane, ca în faţa lui Dumnezeu, într-o poziţie în care să împlinim chemarea de la Liturghia Euharistică: „Să stăm bine, să stăm cu frică, să luăm aminte". Această chemare se adresează omului întreg: trup - să stăm bine, corect, într-o postură corespunzătoare; suflet - să stăm cu frică, frica de Dumnezeu care însumează în sine iubire, sfială, cutremur chiar; şi minte - să luăm aminte, adică să ne amintim de Dumnezeu şi să ne aţintim mintea la El.

Apoi, este necesar să conştientizăm că ne-am aşezat în faţa lui Dumnezeu, Care ne iubeşte şi pe Care Îl iubim, sau dorim să-L iubim. Să ne spunem şi să credem că este o întâlnire de dragoste, dragoste care nu presupune neapărat sentimente afectuoase, ci încredere, deschidere, curajul de a-I arăta toate, îndrăzneală, sfială şi onestitate în arătarea stărilor sufleteşti aşa cum sunt ele în momentul prezentării. Rostim apoi rugăciunile începătoare şi Psalmul 50."[157]

Sunt mai mulţi psihoterapuţi în zilele noastre care sunt cât se poate de reticenţi cu privire la rugăciune fiindcă ea este mai mult un

- ritual,
- un exerciţiu,
- o practică bine pusă la punct.

A avea fobii faţă de ritualuri este un lucru des întâlnit în zilele noastre. Sunt unii care găsesc cât se poate de incomod faptul că la rugăciune trebuie să îngenunchem.

De ce trebuie să îngenunchem la rugăciune? Fiindcă este bine să ştim că acesta este un act de smerenie. Smerenia este ceva ce psihoterapia din zilele noastre nu prea poate să o înţeleagă.

Suntem smeriţi fiindcă dacă nu o facem între noi şi Dumnezeu nu va mai exista nici o limită. Acest lucru l-a făcut şi diavolul în cer – după cum ştim – fiindcă el a ajuns să se considere pe sine mai mult decât Cel care l-a creat.[158]

Sunt mulţi care spun că Îl iubesc pe Dumnezeu dar nu au încredere în religia organizată:

- liturghii,
- procesiuni,
- ieşiri la morminte,
- pomeniri ale morţilor,
- masluri etc

sunt cu toate unele care în nici un fel nu ne ajută prea mult şi sunt extrem de plictisitoare.[159]

"Tot din pregătire face parte încercarea onestă şi hotărâtă de a ne împăca cu propria conştiinţă şi de a-i ierta pe toţi cei care ne-au supărat sau rănit. Pe toţi care ne vin atunci în amintire. Aici se poate citi o rugăciune pentru vrăjmaşi, o rugăciune de împăcare sau rugăciunea „Doamne, binecuvântează pe toţi cei ce m-au supărat, întristat, rănit sau nedreptăţit". Dacă este cazul, putem spune pe nume celor care ne vin în minte.

---

[157]Fragment din articolul „Mai e posibilă terapia practicată de sfinţi?" al monahiei Siluana Vlad apud https://ziarullumina.ro/regionale/moldova/de-la-dimensiunea-psihologica-la-cea-duhovniceasca-a-vietii-146070.html (accesat pe 13.02.2026).

[158] A se vedea Denis de Rougement, *Partea diavolului* (Bucureşti, 1994).

[159] A se vedea David Smith, *Ajutor! Mă plictisesc în biserică* (Iaşi, 2015).

Urmează apoi, după rânduiala stabilită chiar de Domnul, să cerem iertare pentru greşelile noastre, pentru tot ce-am făcut noi rău, în măsura în care ne vine în minte în acest moment. Pregătirea se încheie cu o scurtă rugăciune de mulţumire pentru darurile şi binefacerile de la Dumnezeu şi de la semeni."[160]

Evident că în zilele noastre sunt mai mulţi care aşteaptă de la rugăciune vindecări miraculoase. Aceasta fiindcă ei au auzit de sfinţi. Dacă au o problemă şi se roagă şi ea nu se rezolvă ei bine pentru ei s-a încheiat viaţa de rugăciune. De ce? Fiindcă s-a dovedit că rugăciunea este un simplu mit şi o simplă fantezie. Ceea ce am încercat că arătăm în acest capitol este că Dumnezeu lucrează de cele mai multe ori *discret* şi nu după cum credem noi. De ce? Fiindcă El este infinit mai înţelept decât suntem noi care suntem de cele mai multe ori înguşti şi retrograzi.[161]

Un copil discuta cu tatăl său.

- Tată ai timp pentru mine?
- Da. Fiul meu.
- Ştii ce?
- Ce este fiul meu?
- Am tot auzit în aceste zile de autocontrol.
- Da.
- De ce trebuie să ne autocontrolăm?
- Bună întrebare.
- Da?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă vezi tu omul de azi uită un mare lucru.
- Care?
- El ştie multe dar de cele mai multe ori uită un lucru esenţial.
- Care?
- Să se cunoască pe sine.
- Să se cunoască pe sine?
- Da.
- Ce legătură are acest lucru cu autocontrolul?
- Nu ai cum să te autocontrolezi dacă nu te cunoşti bine pe sine.
- Dar eu mă cunosc pe mine.
- Nu toţi oamenii o fac.
- De ce?
- Omul de azi tinde să fie interesat de alţii.
- Şi nu de sine?
- Da.
- Nu înţeleg.
- Tu ai avut vreun erou.
- Mai mulţi.
- Cum ar fi?
- Făt frumos, Batman, Spiderman, Ironman.
- Şi nu ai vrut să fi ca ei?
- Ba da.
- Ei vezi aşa sunt şi oamenii.
- Adică?
- Sunt unii care vor să fie altceva decât sunt.
- Adică?

[160]Fragment din articolul „Mai e posibilă terapia practicată de sfinţi?" al monahiei Siluana Vlad apud https://ziarullumina.ro/regionale/moldova/de-la-dimensiunea-psihologica-la-cea-duhovniceasca-a-vietii-146070.html (accesat pe 13.02.2026).

[161] A se vedea Radu Teodorescu, *Căile şi judecăţile nepătrunse ale lui Dumnezeu Tatăl* (Cugir, 2025).

- Nu vor să fie ei înseşi.
- Înţeleg.
- Mă bucur.
- De multe ori şi eu sunt aşa.
- Ca să te autocontrolezi trebuie să ştii bine cine eşti cu adevărat.
- Sunt de acord.
- Acum voi forţa puţin nota cu tine fiule.
- Adică?
- Îţi voi spune ceva din trecut.
- Ce anume?
- Cu multă vreme în urmă în Grecia a trăit un mare filosof.
- Ce este acela un filosof?
- Un filosof este un iubitor de înţelepciune.
- Înţelepciunea ştiu şi eu ce este.
- Mă bucur.
- Şi?
- Pe acest filosof îl chema Socrate.
- Nu am auzit de el.
- Auzi acum.
- Şi?
- Marele filozof grec Socrate, când era transpirat şi înfierbântat din cauza sforţărilor corporale, nu bea apă îndată, — dacă ajungea la vre-o fântână, ci umplea găleata şi o vărsa de mai multe ori.
- De ce?
- Prin aceasta el urmărea două scopuri.
- Care?
- Îşi înfrâna pofta.
- Înţeleg.
- Şi îşi salva sănătatea.[162]
- Deci se auto-controla?
- Da.
- Frumos.
- Îţi place?
- Da.
- Mă bucur.
- Aş vrea să fiu şi eu ca Socrate.
- O să fi.
- Crezi?
- Dacă îţi doreşti cu adevărat.
- Sunt situaţii în care vreau să fiu mai stăpân pe mine.
- Cum?
- Am colegi care mă provoacă.
- Şi?
- De multe ori răbufnesc.
- Înţeleg.
- Şi mai apoi îmi pare rău.
- Şi eu am fost aşa fiule.
- Da?
- Da.
- Nu ştiam.

[162] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde pentru viaţa creştină* (Arad, 1929).

- De fapt cu toţii am fost aşa.
- Vai ce bine.
- De ce?
- Nu singurul.
- În nici un caz.
- Mă bucur.

Iată ce spunea Maica Siluana despre vindecarea de patimi: „fiecare senzaţie, simţire în trup, oferită astfel lui Dumnezeu şi trăită fără „rest" ne purifică de patimi, pentru că patimile sunt mişcări ale sufletului prin care încercăm să înlăturăm senzaţiile neplăcute şi să le păstrăm şi să le înmulţim pe cele plăcute. Or, senzaţiile sunt drumuri, căi ale vieţii către Dumnezeu, şi nu scopuri în sine. În vieţuirea pătimaşă - atunci când emoţiile, sentimentele şi senzaţiile sunt foarte puternice şi imposibil de prelucrat, de înţeles şi de asimilat de către mintea omenească fără harul lui Dumnezeu - creierul uman, sau mintea omului, şi-a construit strategii de negare, refulare, ascundere a tuturor trăirilor prea puternice. Acestea sunt adevărate „resturi" de viaţă netrăită, ruptă din noi şi îngropată într-un adânc inconştient, formând un adevărat iad şi zidind acel „trup al morţii" despre care vorbeşte Sfântul Apostol Pavel în Epistola către Romani, cap. 7, 24. Şi omul face acest lucru pentru că, fără Dumnezeu, fără harul Său, nu poate să-şi trăiască viaţa deplin, fiind capabil doar de supravieţuire. Fără harul lui Dumnezeu, viaţa omului este perisabilă, stricăcioasă, vulnerabilă. De aceea, S-a şi făcut om Fiul lui Dumnezeu şi ne-a oferit Trupul Său înviat şi harul Său ca remedii."[163]

CONCLUZII

Această carte nu este împotriva folosirii banilor după cum greşit ar putea crede unii citindu-i titlul: *timpul înseamnă rugăciune şi nu bani.* Evident că banii au şi ei rolul lor în viaţa omului. Banul muncit este un lucru plăcut lui Dumnezeu. Ceea ce nu este plăcut lui Dumnezeu este obsesia omului contemporan cu banii care consideră că ei sunt

- cei mai importanţi,
- sensul vieţii
- şi rostul final al existenţei.

După cum am spus banii sunt importanţi dar nu ei definesc existenţa umană ci mai mult relaţia cu Dumnezeu care are loc mai ales prin rugăciune.[164]

Ca să avem parte de o viaţă frumoasă trebuie să ajungem să ne facem priorităţi. În acest sens trebuie să ştim să ne dăm seama că rolul banilor în viaţa noastră este

- limitat,
- restrâns,
- redus
- şi bine statornicit.

Dacă vom ajunge să ne definim viaţa în funcţie de bani ei bine se poate să ne trezim în situaţia lui Iuda Iscarioteanul care L-a vândut pe Învăţătorul lui pe 30 de arginţi. Nimeni nu vrea acest lucru dar se pare că el are loc de mai multe ori în societatea emancipată economic din zilele noastre.

„Astfel Sfântul Vasile cel Mare ne învaţă cum să ne rugăm fără să folosim cuvintele: „Rugăciunea e o cerere făcută lui Dumnezeu de credincioşi pentru dobândirea unui bine. Nu e nevoie negreşit ca cererea să se facă numai prin cuvinte, şi nici nu socotesc că Dumnezeu are trebuinţă să-I amintim prin cuvinte de dorinţele noastre, pentru că El ştie cele ce ne sunt de folos, chiar dacă noi nu-I cerem. Ce vreau să spun? Că nu trebuie să facem rugăciunile rostind sila-bele cuvintelor, ci mai bine împlinind puterea rugăciunii prin libera voinţă a sufletului nostru şi prin fapte de virtute, care să se întindă pe tot cursul vieţii noastre. Când te aşezi la masă, roa-gă-te. Te-ai săturat? Să nu uiţi de binefăcător! Când te îmbraci cu haina, să ţi se mărească dragostea către Dumnezeu. A trecut ziua? Mulţumeşte Celui ce ne-a dăruit soarele. Noaptea să-ţi dea alte pricini de rugăciune. Nu-ţi faci rugăciunea cu cuvinte, dar unindu-te tot timpul vieţii tale cu Dumnezeu prin purtarea ta, viaţa ta va fi o rugăciune continuă şi neîntreruptă".[165]

---

[163] Fragment din articolul „Mai e posibilă terapia practicată de sfinţi?" al monahiei Siluana Vlad apud https://ziarullumina.ro/regionale/moldova/de-la-dimensiunea-psihologica-la-cea-duhovniceasca-a-vietii-146070.html (accesat pe 13.02.2026).

[164] A se vedea Antonie de Suroj, *Şcoala rugăciunii* (Bucureşti, 2011).

[165] https://doxologia.ro/rugaciunea-personala-ca-medicament-alinare-impotriva-bolii (accesat pe 28.09.2025).

Obsesia banilor evident că duce la o întrebuințare irațională a lor. Omul poate foarte ușor să fie deraiat de la drumul lui spre Dumnezeu devenind obsedați de banii pe care îi are. Aceasta fiindcă și banii pot deveni un drog. Cu cât ai mai mulți cu atât îi vrei și mai mult.

Prin urmare cum ce se cuvine să definim viața noastră? Cu obsesia banilor sau cu practica rugăciunii? Evident că un om înțelept se va orienta mai mult spre rugăciune fiindcă este rugăciunea care ne face să fim unii care să voim să fim cât se poate de sănătoși sufletește.

„Vindecarea este un pas esențial în drumul către mântuire, vindecarea trupească fiind posibilă dar nu obligatorie, pe când tămăduirea sufletească este o etapă necesară și obligatorie în dobândirea vieții veșnice. Biserica manifestă o grijă deosebită în acest scop, iar bolnavul duhovnicește sau trupește are la dispoziție multe metode de vindecare prin harul Duhului Sfânt revărsat prin Sfintele Taine și celelalte lucrări ale Bisericii, dar mai ales prin unirea cu Hristos în Euharistie."[166]

Rugăciunea este o investiție care trece de această lume fiindcă știm că în momentul morții nu mai luăm nimic cu noi în lumea de dincolo. Ei bine rugăciunea are putere de a trece din această lume în lumea de dincolo. Acest lucru a fost speculat de mai multe ori în istoria religiilor și în marile religii ale lumii.[167]

Adevărul este că trăim într-o lume a investițiilor. În acest sens auzim de investiții

- imobiliare,
- financiare,
- economice,
- industriale,
- sociale
- sau culturale.

Totuși, creștinismul ortodox trebuie să știm că este o investiție în viața de apoi. Iisus a fost cât se poate de efectiv când a spus acest lucru: "nu vă adunați comori pe pământ, unde molia și rugina le strică și unde furii le sapă și le fură. Ci adunați-vă comori în cer, unde nici molia, nici rugina nu le strică, unde furii nu le sapă și nu le fură. Căci unde este comoara ta, acolo va fi și inima ta" (Matei 6, 19-21).

Ceea ce se poate vedea în zilele noastre este că se consideră că în cele din urmă ce nu aduce bani nu este profitabil și nu are rost să ne pierdem timpul cu aceste lucruri.

Este bine să știm că *obsesia banilor* este de cele mai multe ori un fel de miraj care este trecător și cât se poate de irațional.

Atașamentul față de bani ajunge să ne facă să nu mai fim persoane raționale. Omul avar evident că nu mai este unul rațional sau un om cu care să te înțelegi în termeni raționali. Aceasta fiindcă pentru el tot ceea ce contează sunt

- bani,
- averile,
- bijuteriile,
- posesiunile
- și pământurile.[168]

Avariția este un lucru care de cele mai multe ori se termină tragic. Aceasta fiindcă avarul este dispus să ucidă pe oricine este o amenințare a paradisului materialist și artificial pe care și l-a creat în această lume.

Se știe în acest sens povestea unui avar care era obsedat de pământ. În regiunea lui nu mai era pământ de cumpărat și el a auzit de un regat în care era mult pământ. Imediat a plecat acolo. Acolo s-a întâlnit cu regele.

- Ce vrei de la mine? L-a întrebat regele.
- Pământ.
- Ai venit unde trebuia.
- Chiar?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă noi avem mult pământ.

---

166 https://doxologia.ro/rugaciunea-personala-ca-medicament-alinare-impotriva-bolii (accesat pe 28.09.2025).

167 A se vedea Ioan Petru Culianu, *Psihanoidia* (Iași, 2006).

168 A se vedea Moliere, *Avarul. Tartuffe* (București, 2013).

- Vai de mine! Ce mă bucur.
- Uite cum este noi avem o regulă.
- Ce?
- Cine pleacă dimineaţa pe pământul nostru va avea gratis tot pământul pe care a mers cu condiţia să se întoarcă mai înainte de apusul soarelui.
- Îmi convine.

Avarul a doua zi dis de dimineaţă a început să fugă pentru a lua cât mai mult pământ gratis. A tot mers şi s-a dat spre seară.

- Acum este timpul să mă întorc.

A început să fugă repede fiindcă nu mai avea mult şi soarele apunea. În cele din urmă a ajuns la timp dar din cauza fugii nebuneşti a făcut stop cardiac. Regele a spus atunci pilduitor:

- Acum luaţi-l şi îl înmormântaţi fiindcă tot ceea ce are nevoie este de 2 metrii de pământ.[169]

Iată ce spunea despre nevoie de rugăciunea părintele Ilie Molea: "nevoia de rugăciune a omului credincios este dincolo de orice îndoială. Cu cât este mai puternică credinţa, cu atât este mai puternică şi nevoia sa de rugăciune. Din păcate, în societatea de astăzi se constată o slăbire a credinţei, prin urmare şi un fel de indiferenţă faţă de rugăciune. În timp ce omul de odinioară găsea în mediul social un factor prin care îşi consolida credinţa şi practica rugăciunii, astăzi acest mediu este un factor potrivnic, un factor împotriva căruia cel care vrea să-şi menţină credinţa şi rugăciunea trebuie să se apere."[170]

Am vorbit în această carte prin urmare că noi suntem persoane raţionale şi trebuie să avem o relaţie cu Dumnezeu fiindcă acest lucru este cel mai raţional lucru. Totuşi sunt mulţi care nu cred că rugăciunea ajută în relaţia cu Dumnezeu. Aceasta fiindcă ei sunt persoane care tot ceea ce vor şi tot ceea ce aşteaptă de la lumii sunt

- senzaţii tari.
- senzaţii voluptoase,
- plăceri hedoniste
- şi bucurii pătimaşe.

Că trebuie să fim persoane raţionale ne-o spune o veche întâmplare adevărată din vechime: un rege al Persiei trimise odată unui prinţ arab un medic vestit din ţara sa. Acesta rămase mai mulţi ani în Arabia, fără ca să fie chemat la vre-un bolnav.

- În ţara aceasta se vede că nu sunt bolnavi, zise medicul către prinţ.
- Acesta îi răspunse:
- În ţara mea oamenii nu mănâncă, dacă nu sunt flămânzi, şi încetează de a mânca dacă sunt sătui.
- Dacă e aşa — zise medicul — atunci nu au nevoie de mine.[171]

Se poate vedea că atunci când omul este raţional ei bine viaţa este mult mai

- frumoasă,
- simplă,
- plăcută
- şi fericită.

Este bine să ştim că lumea infractorilor, a interlopilor şi a delicvenţilor gravitează în jurul banilor. Aici banul este un adevărat dumnezeu şi ne face să ne dăm seama că ceea ce ne spunea Iisus că există un demon al iubirii de bani pe nume Mamona nu este o simplă fabulaţie.

Iată ce spunea despre rugăciunea tot părintele Ilie Molea: „referitor la aspectul menţionat mai sus, Părintele Paisie Aghioritul afirmă următoarele: „Marea majoritate a lumii epocii noastre este instruită lumeşte şi aleargă cu o viteză lumească mare. Dar fiindcă îi lipseşte frica de Dumnezeu-începutul înţelepciunii este frica de Dumnezeu- îi lipseşte frâna, iar cu viteză, fără frână, sfârşeşte în prăpastie. Oamenii au foarte multe probleme şi cei mai mulţi sunt foarte ameţiţi. Şi-au pierdut orientarea. Încet-încet vor ajunge să nu se mai poată controla pe ei înşişi".[172]

---

[169] După unii această poveste a fost colecţionată de Lev Tolstoi.
[170] Preot Ilie Molea https://www.arhiepiscopiasucevei.ro/valoarea-terapeutica-a-rugaciunii/ (accesat pe 28.09.2025).
[171] Din Grigorie Comşa, *1000 de pilde despre viaţa creştină* (Arad, 1929).
[172] Preot Ilie Molea https://www.arhiepiscopiasucevei.ro/valoarea-terapeutica-a-rugaciunii/ (accesat pe 28.09.2025).

După cum am spus în această carte nu am susţinut şi nici nu susţinem că banii sunt răi. Este greşită întrebuinţarea lor şi la fel de bine

- dependenţa,
- obsesia
- şi psihoza

pe care ei o pot provoca în oameni.

Pentru unii a ajunge să ucizi pentru bani este un lucru normal şi firesc. 90% din crime au loc din cauza banilor sau a averilor.

Tot părintele Ilie Molea spunea în acest sens: „observăm că această pierdere a controlului este din ce în ce mai evidentă în societatea de astăzi. „Ameţeala" de care vorbeşte Cuviosul Paisie este astăzi mai prezentă ca oricând. Omul pierde din vedere esenţialul. Se uită pe sine în tăvălugul consumismului şi indiferentismului care caracterizează lumea de azi. Conform Sfinţilor Părinţi, toate aceste lucruri sunt cauzate de lipsa rugăciunii sau împuţinarea acesteia. Omul modern (sau post-modern) a uitat rugăciunea, a uitat să se raporteze la Creatorul său, transformându-se pe sine într-un „dumnezeu" fără Dumnezeu. De aceea, repercusiunile nefaste nu au întârziat să apară. Bolile trupeşti, dar mai ales cele sufleteşti, atât de răspândite astăzi (depresia, confuzia, anxietatea, stresul patologic etc.), calamităţile, toate sunt urmări ale uitării lui Dumnezeu de către om."[173]

Doi contabili discutau într-o zi.

- Ştii ce?
- Ce?
- Îmi este frică.
- De ce?
- De ce sunt pe punctul să ajung.
- Anume?
- Obsedat de bani.
- Adică?
- De o vreme încoace tot ceea ce mă gândesc sunt banii.
- Şi eu am astfel de gânduri.
- Nu este firesc.
- Nu.
- De ce?
- Noi lucrăm cu bani.
- Şi?
- Este o profesie.
- Dar ispita este mare.
- Atunci ştii ce?
- Ce?
- Ar trebuii să ne căutăm o altă meserie.
- Crezi?
- Da.
- De ce?
- Fiindcă nu vreau să sfârşim fiind hoţi.
- Cred că am o soluţie.
- Care?
- Să ne ajutăm unul pe altul.
- Cum?
- Fiind cât se poate de sinceri.
- Cum suntem acum?
- Da.
- Şi crezi că va funcţiona?

[173] Preot Ilie Molea https://www.arhiepiscopiasucevei.ro/valoarea-terapeutica-a-rugaciunii/ (accesat pe 28.09.2025).

- Da.
- Cum?
- Dacă suntem doi suntem mai puternici.
- Știi ce?
- Ce?
- Ai dreptate.
- Am citit zilele acesta o întâmplare adevărată.
- Ce?
- O întâmplare care m-a ajutat mult.
- Mi-o spui şi mie?
- Da.
- Te ascult.
- Un zgârcit adunase, prin muncă, negustorie şi cămătărie, trei sute de mii de dinari.
- Înţeleg.
- Avea pământuri şi clădiri, şi tot soiul de averi.
- Îmi dau seama.
- Atunci se hotărî să petreacă un an de plăceri, trăind în confort, şi să mai vadă mai apoi ce să facă pe viitor.
- Firesc.
- Dar de îndată ce înceta să mai adune bani, Îngerul Morţii îi apăru înainte pentru a-i lua viaţa.
- Vai de mine.
- Avarul încerca în fel şi chip să-l întoarcă pe Înger din gândul său, dar acesta se arată de neclintit.
- Și?
- În cele din urmă omul spuse.
- Ce?
- Dăruieşte-mi doar trei zile, şi îţi voi da o treime din tot ce am.
- Îngerul refuză şi începu să tragă de viaţă avarului, gata să i-o ia.
- Atunci omul spuse.
- Ce?
- Stai puțin! Dacă mă lași încă două zile pe pământ, am să-ți dau două sute de mii de dinari din avuția mea.
- Și?
- Dar îngerul nu-l asculta.
- Înţeleg.
- Ba chiar refuza să-i acorde o singură zi în plus în schimbul tuturor celor trei sute de mii de dinari ai săi.
- Atunci zgârcitul zise.
- Ce?
- Te rog, atunci lasă-mi doar atâta timp cât să pun pe hârtie ceva foarte scurt.
- De data aceasta Îngerul îi făcu această unică concesie, şi omul scrise cu propriul sânge.
- Ce?
- Omule, foloseşte-ţi bine viaţa. Eu n-am putut să cumpăr nici măcar o oră cu trei sute de mii de dinari. Ai grijă să realizezi valoarea timpului tău.[174]
- Foarte frumos.
- Mă bucur că ţi-a plăcut.
- Mi-a plăcut.
- Unii cred că această poveste a fost colecționată de Attar din Nişapur.
- Nu am auzit de el.
- Se crede că este o întâmplare sufi.
- De la islamici?
- Da.

[174] Calea sufită/SHAH, Idries. – (Bucureşti: Herald, 2001), pp. 46-47 apud https://www.delaomlaom.ro/2021/04/zgarcitul-si-ingerul-mortii-pilde-sufite/ (accesat pe 13.02.2026).

- Au şi ei unele adevăruri.
- Aşa este.
- Deci ne vom ajuta unul pe altul?
- Da.
- Mă bucur.
- Şi eu.

Tot părintele Ilie Molea spunea că într-o lume cu multe probleme ei bine rugăciunea este o adevărată salvare: „Suferinţele lumii sunt fără de sfârşit. Se poate vedea peste tot o descompunere generală, şi familii, şi mici şi mari. Cele mai multe case sunt pline de nelinişte, de supărări, de stres. Numai în casele care trăiesc după Dumnezeu oamenii sunt bine. Or, trăirea după Dumnezeu ne-o conferă rugăciunea. Ea ne învaţă ce înseamnă cu adevărat „a trăi după Dumnezeu", pregătindu-ne pentru aceasta. Mai mult decât atât, după cum vom sesiza din cele ce urmează, rugăciunea ne ajută să trăim cu Dumnezeu, făcându-ni-L interior prin harul Său."[175]

Când am purces la scrierea acestei cărţi am fost conştienţi că ea adresează o temă arhi-cunoscută în lumea contemporană. De ce? Fiindcă toată lumea ştie de rugăciune şi mai ales creştinii ortodocşi autentici. Totuşi, această carte şi-a propus să abordeze rugăciunea dintr-o perspectivă anume: ca act terapeutic sau mai bine spus ca posibilitate de vindecare a sufletului care este

- lovit,
- năpăstuit
- şi hărţuit

de forţele demonice prin patimi şi păcate.[176]

Tradiţia creştin ortodoxă ne arată mai mulţi sfinţi s-au luptat cu demonii şi au reuşit să iese învingători prin rugăciune. Aceasta fiindcă ea este arma noastră de taină împotriva demonilor.

„Părintele Dumitru Stăniloae arată că „astăzi, omul credincios trebuie să caute în mare măsură el însuşi motivaţii care să-i poată susţine credinţa şi propria sa practică a rugăciunii. Şi tocmai aceasta ar putea face credinţa sa mai profundă şi rugăciunea sa mai fierbinte, dat fiind că, în mare măsură, ele nu mai sunt susţinute de mediul social. Prin urmare, omul care reuşeşte să-şi întărească credinţa şi rugăciunea prin motivaţii personale, reflectate, poate deveni el însuşi un focar pentru întărirea credinţei şi înnoirea rugăciunii în mediul său social. Prin aceasta el poate ajuta societatea să iasă din viaţa superficială, saturată de plictiseală, care este cauza slăbirii credinţei şi a rugăciunii". Prin urmare, înmulţirea rugăciunii (şi implicit a credinţei) alungă superficialitatea şi plictisul, conducând către o „mai mare profunzime a vieţii, fără de care existenţa umană este de o uniformitate monotonă şi lipsită de semnificaţie".[177]

Nu credem că această carte va venii cu lucruri

- revoluţionare
- şi spectaculare

ci ceea ce face ea este să ne arate că nu avem nimic de pierdut dacă ne rugăm. Aceasta într-un climat psiho-social în care rezultatele ştiinţei sunt mult mai credibile decât rezultatele ascetico-mistice ale rugăciunii.

Rugăciunea începe să lucreze în viaţa noastră numai în măsura în care o practicăm. Sunt mulţi care consideră că mai ales călugării creştin ortodocşi sunt fanatici fiindcă ei se roagă mai tot timpul. Se ştie de cazul în care în Evul Mediu o plagă de ciumă sau de holeră a dat peste toată lumea. Mureau zeci de mii de oameni zilnic aşa cum s-a întâmplat la pandemia de Covid din anul 2020 până în 2022. Au fost mai mulţi care în acele timpuri medievale se aşteptau să vină sfârşitul lumii. Un om înduhovnicit a avut o vedenie. În vedenie a putut să vadă 7 stâpli de foc care se ridicau până la cer şi pe ei se sprijinea toată lumea. Acest om a voit să ştie care este tâlcul vedeniei. Un înger i s-a arătat şi i-a spus că cei 7 stâlpi de foc care susţin lumea sunt 7 pustnici care se roagă pentru lume şi pentru care Dumnezeu încă mai ţine lumea în viaţă.

Din întâmplarea de mai sus ne dăm seama că cu adevărat lumea nu se ţine pe bani ci mai mult pe rugăciune. De ce? Fiindcă când vom părăsii această lume nu vom lua cu noi nici un ban dar cu siguranţă că Dumnezeu va ţine cont de rugăciunile pe care le-am făcut în această viaţă.

---

[175] Preot Ilie Molea https://www.arhiepiscopiasucevei.ro/valoarea-terapeutica-a-rugaciunii/ (accesat pe 28.09.2025).

[176] A se vedea Cuviosul Paisie Aghioritul, *Despre rugăciune* (Bucureşti, 2022).

[177] Preot Ilie Molea https://www.arhiepiscopiasucevei.ro/valoarea-terapeutica-a-rugaciunii/ (accesat pe 28.09.2025).

Rugăciunea este o investiţie care nu ne costă nimic dar care ne poate asigura raiul. Ce om sănătos la minte ar respinge o astfel de investiţie?

Noutatea acestei cărţi, faţă de multe alte cărţi care au fost scrise pe tema rugăciunii, este că ne prezintă rugăciunea din punct de vedere terapeutic fiindcă ea este o terapie pentru suflet. Iată de ce avem toate motivele să credem că deşi banii îşi au rosul lor în viaţa noastră ei nu vor putea lua niciodată locul rugăciunii.